تربیت نفس

معالم وخطوط

تالیف

عبداللہ بن عبدالعزیز العیدان

ترجمانی

مشتاق احمد کریمی
صدر و بانی الہلال ایجوکیشنل سوسائٹی کٹیہار، بہار (انڈیا)

ناشر
الہلال ایجوکیشنل سوسائٹی کٹیہار، بہار

فہرست

مضامین کتاب	صفحہ نمبر

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

تمہید

اَلحَمدُ لِلّٰہِ، وَالصَّلاۃُ وَالسَّلامُ عَلیٰ رَسُولِ اللّٰہِ:

پیارے بھائیو اور بہنو!

اس کے بعد کہ اللہ تعالیٰ نے ہمیں اپنی بہترین نعمت بصورت اسلام عطا کی ہے......

اور لاکھوں کروڑوں انسانوں میں ہمیں بطور مسلمان منتخب فرمایا ہے......

کیا یہ درست ہوگا کہ ہم اعمال وارکانِ اسلام پر کاربند اور عمل پیرا ہیں، اس حد پر رک جائیں؟ یا ہمارے لئے یہ مناسب ہوگا کہ ہم اپنے علم وایمان اور اخلاق کی سطح کو مزید بلند کرنے کی تگ ودو کریں؟

پھر زندگی کے ان مختلف پہلوؤں کے سطحوں کو مزید بلند کرنے کا ذمہ دار کون ہے؟

کیا وہ ہمارے والدین ہیں؟ یا دوست احباب ہیں، یا خاندان ومعاشرہ ہے، یا ذرائع ابلاغ اور وسائل اعلام ہیں؟

یا بنیادی طور پر اس اہمیت کے حامل کام کا ذمہ دار خود انسان ہی ہے؟

پھر اس تربیت کے جوانب کیا اور اقسام وانواع کیا ہیں؟

اور دنیا وآخرت میں اس کے ثمرات وآثار اور نتائج کیا ہیں؟

اس جیسے بہت سارے سوال ہیں جن کے جواب اللہ کی توفیق سے آئندہ سطور میں دینے کی کوشش کی گئی ہے۔

مولف کتاب

عبداللہ بن عبدالعزیز العیدان

تربیت نفس کا مقصد

کوئی یہ سوال کرسکتا ہے کہ تربیت نفس کا مقصد کیا ہے؟

اس کا جواب یہ ہے کہ یہ وہ مختلف تربیتی اسلوب ہیں جن کی ایک مسلمان - مرد ہو یا عورت - اپنے آپ کو علمی ، ایمانی ، اخلاقی اور اجتماعی پہلوؤں سے ایک مکمل اسلامی شخصیت میں ڈھالنے کی ہدایت ورہنمائی کرتا ہے اور اسے بشری کمال کی سب سے اونچی سیڑھیوں میں پہنچاتا ہے۔ یا دوسرے لفظوں میں انسان کا اپنے نفس وذات کی مختلف اسالیب کے تحت اور تمام پہلوؤں سے تربیت کرنا ہے۔

اور اس معنیٰ میں یہ تربیت اجتماعی تربیت کے روبرو ہوتی ہے، یا ان عام میدانوں کا سامنا کرتی ہے کہ جن پر ایک انسان عملاً چل رہا ہے اور وہ ان میدانوں میں دوسروں کا شریک کار ہے، یا وہ ان میں ان کے ساتھ نشوونما پا رہا ہے، مثلاً مسجد، مدرسہ، خاندان، ذرائع ابلاغ ووسائل اعلام، صحبت ورفاقت، سفر وزیارت وغیرہ متعدد سرگرمیاں اور عمومی پروگرام۔

ذاتی تربیت کی اہمیت

ذاتی تربیت کے اسلوب اور ایک مسلمان پر اس کے دنیا وآخرت میں اثرات ونتائج پر گفتگو سے قبل یہ مناسب ہے کہ ہم اس کی اہمیت اور ہر مسلمان مرد وعورت کو اس کی حاجت وضرورت کے بارے میں بیان کریں، تاکہ یہ ہمارے لئے اس پر کاربند ہونے اور اس کی پابندی کرنے کا سب سے بڑا باعث ومحرک بنے اور خصوصاً اس دور میں۔

ذاتی تربیت کی اہمیت درج ذیل اسباب سے نمایاں طور پر ظاہر ہوتی ہے:

اولاً: جان کی حفاظت دوسری تمام باتوں پر مقدم ہے:

ایک مسلمان کی اپنے نفس کی تربیت اللہ تعالیٰ کے عذاب اور جہنم سے اس کی حفاظت و بچاؤ

کا سبب ہے۔ اور بلا شبہ اپنی جان کی حفاظت دوسرے تمام جانوں کی حفاظت سے مطلقاً مقدم ہوتی ہے جیسا کہ ایک انسان اس وقت کرتا ہے جب اس کے گھر میں یا کسی دوسرے مکان میں آگ لگ جائے تو سب سے پہلے وہ اپنی جان بچانے کی فکر کرتا ہے، اس کے بعد دوسروں کے جان کی۔ اس حقیقت کی اللہ تعالیٰ کا یہ فرمان تائید کرتا ہے: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُم وَأَهلِيكُم نَاراً وَقُودُهَا النَّاسُ وَالحِجَارَةُ﴾ (التحریم:٦) ''اے ایمان والو! تم اپنے نفس کو اور اپنے گھر والوں کو اس آگ سے بچاؤ جس کا ایندھن انسان ہیں اور پتھر''۔ اور بقول علامہ عبدالرحمٰن ناصر السعدی رحمہ اللہ نفس کو بچانے کا معنیٰ یہ ہے کہ ''نفس کو اللہ تعالیٰ کے اوامر کی اطاعت اور نواہی سے اجتناب کا پابند بنایا جائے اور ہر اس بات سے توبہ کی جائے جس سے اللہ تعالیٰ ناراض ہو اور اس کے عذاب کا موجب ہو''۔ یہی ذاتی تربیت کا معنیٰ ومفہوم ہے اور یہی اس کی غرض وغایت۔ (تیسیر الرحمٰن فی تفسیر کلام المنان: ص ٨٠٩

ثانیاً: اگر آپ خود اپنے نفس کی تربیت نہ کریں تو پھر آپ کی تربیت کون کرے گا؟

کون آدمی کی تربیت کرے جب وہ اپنی عمر کی پندرہویں، یا بیسویں، یا تیسویں، یا اس سے زیادہ کی بہار کو دیکھ لے۔ حقیقت یہ ہے کہ آدمی جب خود اپنے نفس کی تربیت نہ کرے تو کوئی بھی شخص اس کی تربیت نہیں کرسکتا، اور نہ اس پر کوئی اپنا اثر ڈال ہوسکتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اس کے والدین خصوصاً اور تمام لوگ عموماً یہ سمجھ لیتے ہیں کہ لڑکا اب بڑا ہو چکا ہے اور وہ اپنے نفس کے مصالح سے زیادہ واقف ہو چکا ہے، یا وہ لوگ اب اس سے بے پروا ہوکر دنیوی امور میں مشغول ہوگئے ہیں جو اس کے طاعت کے موقعوں اور خیر کے مناسبتوں کے ضائع ہونے کا سبب ہے، اگر وہ بذات خود اپنے نفس کی تربیت کا بیڑا نہ اٹھائے، اس کا وقت گزرتا چلا جائے گا، اس کی عمر ضائع ہوتی رہے گی اور وہ اپنی کمی کا تدارک وتلافی نہیں کر سکے گا، یا وہ کمال

بشری کی تگ ودو کرے گا جو اس سے فوت ہو چکا ہے اور موت کی گھڑیوں میں کف افسوس ملے گا اور تغابن (ہار جیت) کے دن بھی: ﴿**يَومَ يَجمَعُكُم لِيَومِ الجَمعِ ذٰلِكَ يَومُ التَّغَابُنِ**﴾ (التغابن: ۹) ''جس دن تم سب کو اس جمع ہونے کے دن جمع کرے گا وہی دن ہے ہار جیت کا''۔

ثالثاً: حساب وکتاب انفرادی طور پر ہوگا:

کیونکہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے بروز قیامت بندوں کا حساب وکتاب انفرادی طور پر ہوگا، اجتماعی طور پرنہیں۔ یعنی ہر انسان اپنے نفس اور اپنے تمام اچھے وبرے عمل وتصرف کا ذمہ دار خود ہوگا اور تنہا اس سے ہی ان اعمال کا حساب لیا جائے گا خواہ وہ اس بات کا دعویٰ کرے کہ اس کے ان عملوں کے ارتکاب میں، یا ان میں کوتاہی واہمال میں، یا اس کے انحراف وگمراہی میں دوسرے لوگ سبب رہے ہیں اور اس کے اس زعم باطل کے مطابق اس کے ساتھ ان لوگوں کا بھی محاسبہ ہونا چاہئے! اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ﴿**وَكُلُّهُم آتِيهِ يَومَ القِيَامَةِ فَرداً**﴾ (مریم: ۹۵) ''یہ سارے کے سارے قیامت کے دن اکیلے اس کے پاس حاضر ہونے والے ہیں''۔ نیز ارشاد ربانی ہے: ﴿**وَكُلَّ إنسَانٍ ألزَمنَاهُ طَائِرَهُ فِي عُنُقِهِ وَنُخرِجُ لَهُ يَومَ القِيَامَةِ كِتَاباً يَّلقَاهُ مَنشُوراً، اِقرَأ كِتَابَكَ كَفىٰ بِنَفسِكَ اليَومَ عَلَيكَ حَسِيباً**﴾ (الإسراء: ۱۴) ''ہم نے ہر انسان کی برائی بھلائی کو اس کے گلے لگا دیا ہے اور بروز قیامت ہم اس کے سامنے اس کا نامہ اعمال نکالیں گے جسے وہ اپنے اوپر کھلا ہوا پالے گا۔ لے! خود ہی اپنی کتاب آپ پڑھ لے، آج تو تو آپ ہی اپنا خود حساب لینے کو کافی ہے''۔ اور حدیث پاک میں نبی کریم ﷺ سے مروی ہے کہ آپ نے ارشاد فرمایا: ﴿**مَا مِنكُم مِن أحَدٍ إلَّا سَيُكَلِّمُهُ رَبُّهُ لَيسَ بَينَهُ وَبَينَهُ تَرجُمَانٌ**﴾ ''تم میں سے کوئی نہیں ہے مگر اس کا رب

اس سے ہمکلام ہوگا اور اللہ اور اس کے درمیان کوئی ترجمان نہیں ہوگا''۔ لہٰذا جس نے اپنے نفس کی حقیقی معنیٰ میں تربیت کی ہوگی اللہ کے اذن سے اس کے حساب میں تخفیف ہوگی اور اس کی رحمت کے سبب وہ عذاب سے نجات پا جائے گا۔

رابعاً: اصلاحِ نفس پر سب سے بڑا قادر:

کوئی بھی انسان عیوب ونقائص سے پاک نہیں ہے، یا کوئی شخص بھی کوتاہی وگناہ کے ارتکاب سے چاہے کم ہو یا زیادہ، خالی نہیں ہے۔ جب یہ ایک قطعی امر ہے تو ان پہلوؤں کا علاج اوراول امر میں، یا پانی سر سے اونچا ہو جانے سے قبل ہی اس کی اصلاح کی سخت حاجت وضرورت ہوگی۔ اور کوئی بھی انسان اپنی غلطیوں کی اصلاح، یا اپنے عیوب کا علاج وتدارک کامل اور مستقل طور پر نہیں کرسکتا، الا یہ کہ ذاتی تربیت کے راستہ سے اس مہم جوئی کا بیڑا اٹھائے، کیونکہ وہ اپنے نفس کے احوال کا سب سے زیادہ جانکار اور اس کے پوشیدہ راز واسرار سے زیادہ واقف ہے، لہٰذا اگر وہ خود اپنی تربیت کرنا چاہے تو نفس کو قابو وکنٹرول کرکے متعین طریق، اچھے سلوک و برتاؤ اور مفید سرگرمی وحرکت اور عمل کی جانب موڑ سکتا ہے۔

خامساً: ثبات واستقامت کا وسیلہ وذریعہ:

کیونکہ تربیت ہی ایک مسلمان کے ایمان وہدایت کے طریقہ پر باذن الٰہی زندگی کے آخری سانسوں تک ثابت قدم رکھنے کا اولین سبب وذریعہ ہے۔ اور یہی ان فتنوں اور ورغلانے والی باتوں کے مقابلہ کا دفاعی خط ہے جو دور حاضر میں ایک مسلمان پر منڈلا رہی ہیں اور اسے انحراف وانحطاط، ضعف وگمنامی، یا مستقبل میں خوف کا شعور واحساس اور عصر حاضر کے حقائق سے نچلی سطح تک گر جانے پر شدت کے ساتھ ورغلا رہی ہیں۔ اور اس پہلو سے ذاتی تربیت کی مثال ایک درخت کی سی ہے کہ جتنا زیادہ اس کی جڑیں زمین میں پھیلتی جائیں گی

اتنا ہی وہ آندھیوں اور بگولوں کے آگے ڈٹ کر ثابت رہ سکے گا۔

سادساً: تربیت ہی دعوت کی سب سے بڑی مؤثر چیز ہے:

دراصل ہر مسلمان مرد وعورت کو ایک داعی کا رول ادا کرنا چاہئے، جو اصلاح کرے، تعلیم دے، رہنمائی کرے اور اپنے علم وقدرت کے مطابق تربیت کرے۔ اس سبب سے کہ وہ اپنے و پرائے لوگوں میں مقبول ہے اور ان کی زندگی میں اصلاح وتاثیر پر قدرت رکھتا ہے، اس لئے وہ طاقتور زادسفر اور کارگر ہتھیار کا سخت احتیاج مند ہے۔ اور ان کی دعوت اور قبولیت میں اس سے زیادہ گہرا اثر انداز شئ اور کوئی نہیں ہے کہ ایک انسان لوگوں کے لئے نیک قدوہ بن جائے اور اپنے ایمان، علم اور اخلاق میں ممتاز ترین اسوہ ثابت ہو۔ اور فقط کثرت تقریر وخطبہ اسے اس مثالی قدوہ اور عوام میں کافی طاقتور اثر ڈالنے کے درجہ پر فائز نہیں کر سکتے، بلکہ ایک داعیہ کے اندر یہ خوبی اس کی حقیقی ذاتی تربیت ہی پیدا کر سکتی ہے۔

سابعاً: اصلاح احوال کا صحیح طریقہ:

کیا مسلمانوں میں ایک بھی ایسا شخص موجود ہے جو امت اسلامیہ کی تمام پہلوؤں سے حالت زار کا، خواہ وہ دینی حالت ہو، یا اقتصادی، سیاسی حالت ہو یا ذرائع ابلاغی اور یا اجتماعی حالت ہو، شاکی نہیں ہے؟ اس کا جواب یہ ہے کہ ایک بھی ایسا شخص نہیں ہے! لیکن آپ کے خیال میں اس کڑوی صورت حال کی اصلاح کا کیا طریقہ ہے جس سے آج امت اسلامیہ دوچار ہے؟ اور اس کے علاج کے لئے صحیح سمت پر چلنے کا محفوظ وصحیح اقدام کیا ہے؟ کیا وہ صرف شکوہ وشکایت کا طریقہ اور لاحول پڑھنا رہ گیا ہے؟ یا مختصر لفظوں میں - اپنی جد وجہد اور دیگر وسائل کو ترک کئے بغیر- ذاتی تربیت سے اس اصلاح کا آغاز ہوتا ہے۔ جب تمام افراد خواہ مرد ہوں یا عورت اس مہم جوئی کا بیڑا احسن پیرائے اور پوری جامعیت وتوازن کے ساتھ اٹھالے، کیونکہ جب فرد کی اصلاح

ہوگی تو باذن اللہ خاندان کی اصلاح ہوجائے گی اور پھر اس طریقہ سے معاشرہ کی اصلاح ہوتی جائے گی،تو پھر رفتہ رفتہ پوری امت اسلامیہ کے حالات سدھرتے و بدلتے چلے جائیں گے۔

ثامناً: اس تربیت کے امتیاز وتفوق کے لئے:

اور اخیر میں ......تربیت کی اہمیت اس پر کاربند ہونے کی سہولت وآسانی، اس کے اسلوب کے تنوع وتعدد اور ہر حال، ہر وقت اور ہر جگہ اس کے ایک مسلمان کو دستیاب ہونے کے سبب ظاہر ہوجاتی ہے، جیسا کہ اس کی مزید وضاحت بعد کے سطور میں آئے گی، بخلاف عمومی تربیت کے کہ جس کے متعین اوقات اور مخصوص مکان ہوتے ہیں۔

تربیت سے غفلت ولا پرواہی کے اسباب

اس کے باوجود کہ مذکورہ حیثیات ہر مسلمان مرد وعورت کے سامنے ذاتی تربیت کی اہمیت مزید موکد و بڑھادیتی ہیں، مگر آج کے حالات کے تناظر میں کہ جس میں مسلمانوں کی اکثریت اپنی زندگی کے متعدد جوانب میں زندگی بسر کرتی ہے، ہم اس تربیت کی جانب ان کی کھلی غفلت واہمال دیکھ رہے ہیں اور ان کی وہ توجہ واہتمام نہیں پاتے جس کا وہ مستحق ہے۔

جب ہم اس غفلت ولا پرواہی کے اسباب کی تلاش وجستجو کرتے ہیں تو پاتے ہیں کہ اس کے کئی اسباب ہیں، جن میں:

اول: قلت علم ومعرفت:

بہت سارے مسلمانوں کی کتاب وسنت میں واردان نصوص سے جہالت وعدم واقفیت جو اس تربیت کی ترغیب اور اس کی دعوت دیتے ہیں اور ان کی اعمال صالحہ کے فضائل اور اجرعظیم اور ثواب وافر کی قلت معرفت، اسی طرح ان کے اپنے نفس اور دنیا وآخرت میں ان کی زندگی پر اچھے اثرات کے بارے میں قلت بیداری اور دوسری جانب شیطان کی عداوت ودشمنی کے

بارے میں ان کی ناواقفیت وجہالت جو ہر طریقہ واسلوب سے ان کو خیر وطاعت کے کاموں سے تھپکیاں دے کر سلا دے رہا ہے۔ یہ سب تربیت نفس کے مطلوب اصلاح میں غفلت ولاپرواہی کے اسباب ہیں۔

دوم: غرض وغایت کا مبہم اور غیر واضح ہونا:

ایک مسلمان کو اپنے نفس کی تربیت پر جو چیز مددگار ثابت ہوتی ہے اس میں ایک اس کی زندگی و وجود کا مقصد اور غرض وغایت کا بالکل واضح ہونا ہے۔ انسان اللہ کی اطاعت، جہاد فی سبیل اللہ اور دعوت الی اللہ کے لئے پیدا کیا گیا ہے تا کہ وہ آخرت میں اس جنت کے حصول سے شادکام ہو جس کی چوڑائی آسمان وزمین کے برابر ہے، بلکہ فردوس بریں سے کامراں ہو۔ اور دنیوی زندگی میں سعادت قلب اور سکون واطمینان نفس سے فائز المرام ہو۔ البتہ جو شخص بلا غرض وغایت اور بے مقصد کی زندگی گزارے، یا زندگی کا مقصد اس پر مبہم اور غیر واضح ہو اور وہ شکوک وشبہات وعقل پر پردہ پڑا ہونے کا شکار ہو- جیسا کہ عصر حاضر کے مسلمانوں کا حال ہے- اور اس کا سب سے بڑا مقصد اور مبلغ علم فقط دنیائے دنی اور اس کی خواہشات وشہوات کا حصول ہو، تو پھر وہ کہاں اس بارے میں غور وفکر کر پائے گا، یا اپنے نفس کی تربیت کرنے میں متحمس وسرگرم ہوگا، یا وہ جس کدوکاوش، محنت ومشقت اور استمرار عمل کا محتاج ہے اس پر وہ کہاں صبر کر پائے گا۔

ثالثاً: دنیا سے تعلق اور اس سے چمٹے رہنا:

شاید بعض لوگوں پر وہ فضائل اور اجر وثواب پوشیدہ نہیں ہیں اور وہ اس دنیوی زندگی کی حقیقی غرض وغایت کا ادراک رکھتا ہے، لیکن اس کو اپنی تربیت نفس سے اس کا قلبی اور جسمانی تعلق مانع ہے جس نے اس کی جدوجہد، وقت اور سوچ کو اس سے سلب کر لیا ہے جو اسے یہ سوچنے پر مجبور کر دیتا ہے کہ وہ اپنی تربیت کرنے سے معذور ومجبور ہے۔ کیونکہ وہ اپنے وہم

وخیال میں اس سے بہتر واہم کام میں مشغول ہے، مثلاً لقمہ عیش کی تلاش، اپنے اور اپنے بچوں کے مستقبل کومحفوظ و مامون بنانے میں کوشاں ہے، یا مال کے عشق ومحبت اورزیادہ نفع کمانے، یا اپنے لہوولعب اورلذتوں وخواہشوں میں مشغول ہے۔

رابعاً: تربیت کا غلط مفہوم:

تربیت کے حقیقی معنیٰ، اس کے وسائل وذرائع اور اغراض ومقاصد کا غلط مفہوم بعض مسلمانوں کواپنے نفس اوراس کی تربیت پرتوجہ دینے سے مانع ہے کہ کیونکہ اس کے اپنے زعم میں تربیت اعمال اپنانے میں زندگی اورلوگوں سے ایک قسم کٹ جانے اوران سے مکمل گوشہ نشیں ہوجانے کا خدشہ ہے، یااس کے خیال میں یہ تربیت اس کے اوقات اورجدوجہد کا بڑا حصہ لے لے گااورحیات کے اساسی وبنیادی ضروریات سے متصادم ہوجائے گی، یا اسے سرے سے تربیت کی کوئی حاجت ہی نہیں ہے، کیونکہ بحمداللہ وہ مسلمان ہےاوراپنے دین کےاہم واجبات وفرائض کوبخوبی اداکررہاہےاور یہ ان سارے طاعات اور دیگرعبادات میں مستغرق ہونے کے مقابلہ میں کافی ہےجن کا التزام کوئی ضروری نہیں۔

خامساً: اچھی تربیت گاہوں کی قلت:

انسان جس ماحول میں زندگی بسرکررہاہےاس کااس کی زندگی پرایجابی ہو یاسلبی بڑادور رس اثر پڑتا ہے۔ چنانچہ گھر، سڑک، دوست، مدرسہ، بازاراورآڈیوو ویڈیواوررسائل وجرائد جیسے ذرائع ابلاغ ووسائل اعلام یہ سب انسان کے سوچ، اہتمام اورسلوک وبرتاؤ پرقوی اثر انداز ہوتے ہیں۔ لہٰذا اگرتربیت گاہ اورخاص طور سے گھر کا ماحول نیک ہواوراللہ کی ہدایت پر گامزن ہوتو فرد کی استقامت، تزکیہ نفس اورتربیت کےاہتمام پرمعاون ہوتا ہےاوران تربیت گاہوں کے وجود کا مقصد پورا ہوتا ہے۔ اوراگرمعاملہ اس کے برعکس ہوتو یہ تربیت گاہ بڑاافسوس

کا مقام ہے کہ ناکامی وبزدلی اور ذلت ورسوائی کا بڑا وسیلہ بن جاتی ہیں اورعروج وترقی اور اصلاح وتغیر کی راہ میں بہت بڑی رکاوٹ ثابت ہوتی ہیں۔اوراگرہم آج کے ان تربیت گاہوں پرنظر دوڑائیں تو پائیں گے کہ ان کی اکثریت ان کے انحراف وبرے حال، یا ضعف وگھٹیا پن کے سبب اس درجہ وسطح پر پوری نہیں اتر رہی ہے جوتربیت واستقامت پرمعاون ثابت ہوسکے۔

سادساً: مربیوں کا خال خال وجود:

یہ مسلّم ہے کہ ایک انسان بچپن سے لے کر بلوغت اور بڑا ہونے یہاں تک کہ موت تک اپنی حیات کے مختلف مراحل میں رہنمائی، تعلیم اور تربیت کا سخت محتاج ہوتا ہے، اور یہ درست نہیں ہے کہ یہ بچپن یا جوانی کے ساتھ خاص ہے جیسا کہ ہمارے بعض بھائی کے ذہنوں میں یہ بات بیٹھی ہوئی ہے۔مگر یہ تربیت اور یہ رہنمائی ضروری نہیں ہے کہ ایک معین طرز، یا مخصوص اسلوب میں ہو، ہرگز نہیں! اس کی نوعیت وقت، عمر اور حالات کے تقاضوں کے تحت مختلف اسلوب اورمتعدد طرق سے بدل سکتی ہے۔

اور جب یہ معلوم ہے کہ انسان کا مربی اول باپ ہوتا ہے اورمربی دوم معلم واستاذ ہوتا ہے، قریب ہے کہ آج کے معاشرہ میں ایک سبب یا دیگراسباب سے وہ اپنا مطلوب تربیتی رول کھودیں، علاوہ ازیں خیرخواہ دوست اور رہنما برادر بھی ناپید ہیں، اس وقت ہمیں یہ معلوم ہوتا ہے کہ ایک مسلمان مردوعورت کوخود اپنی تربیتی مہم جوئی کا بیڑا اٹھانے اوراپنے والدین، استاذ ودوست کے اس کھوئے ہوئے رول کوادا کرنے کی کتنی سخت ضرورت ہے جوگزر چکے ہیں، یا اپنی تربیتی ذمہ داری اور برادرانہ فرائض ادا کرنے میں کمزور ثابت ہوچکے ہیں۔

سابعاً: طویل امید وبیم کا شعور واحساس:

یہ لاعلاج بیمار شعور واحساس جو بہت سارے مسلمانوں کے دل ودماغ میں سرایت کئے ہوا

ہے، یہ ایک مسلمان کوان دونوں باتوں کے درمیان متحیر ومتردد بنادیتا ہے کہ وہ اپنی تزکیہ نفس اور تربیت پر اقدام کرے اور تمام طاعات اور اعمال صالحہ کو اختیار کرلے، یا اس تربیت سے مذکورہ شیطانی شعور واحساس کے سبب روگردانی کرے جو اسے ہر مرتبہ جب وہ اپنی کسی نیک کے منصوبہ کو شروع کرنے کا ارادہ کرتا ہے: تربیت نفس اور اطاعت الٰہی کی ابھی کیا جلدی پڑی ہے، ابھی حیات وعمر بہت باقی ولمبی ہے! کچھ وقت تک کے لئے انتظار کرو یہاں تک کہ سعادتمند گھڑی اور غم وفکر سے فارغ وقت آجائے جو تمہیں مناسب فرصت اور تربیت نفس اور اس کے اہتمام کا مضبوط عزیمت کا مناسب وقت میسر آجائے۔ اس خطرناک شعور واحساس کے ساتھ ہمیشہ اس کا یہی حال رہتا ہے یہاں تک کہ ایک کی عمر گزر جاتی ہے اور حیات کے مہ وسال کٹ جاتے ہیں اور حال یہ ہوتا ہے کہ وہ اپنی تربیت نفس واصلاح کی طرف ایک قدم بھی آگے نہیں بڑھایا ہوا ہوتا ہے۔

ثامناً: راحت پسندی اور کام چوری کا میلان:

بہت سارے مسلمان اس بات کی تمنا کرتے ہیں کہ اس کے احوال درست ہوجائیں اور اس کی زندگی راہ مستقیم پر چل پڑے اور وہ تقویٰ وایمان اور صلاح واستقامت میں بہترین انسان بن جائے! لیکن اسے اس بات سے روکتی ہے اور اسے ایسا محروم قسمت بنادیتی ہے جو آج اکثریت کے یہاں ایک مشہود واقعہ بن چکا ہے اس کے نفس میں ودیعت سستی وکمزوری، راحت وآرام پسندی، مجاہدہ نفس سے بے رغبتی اور اسے اللہ سے ملاقات کے وقت خیر وبقا کے کاموں میں عدم تکان اور کام چوری ہے۔ اس آفت وبیماری کے سبب اس کے اور اس جیسے دیگر افراد کے کتنے فضیلت والے مواقع اور قیمتی فرصت اور اعمال صالحہ ضائع ہوگئے، کیونکہ اس کا نفس ضعیف وکمزور اور اس کا شیطان اس پر غالب آچکا ہے۔

ذاتی تربیت کے اسلوب

ہم پر اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم میں سے ایک یہ ہے کہ اس نے ہمارے لئے اپنی رضا ومحبت اور جنت کے حصول اور خاص کر ایک مسلمان کے اپنے نفس کی تربیت وتزکیہ کے بہت سارے دروازے اور متعدد طریقے آسان فرما دیئے ہیں، تاکہ مسلمان مرد وعورت میں سے ہر ایک ان دروازوں اور طریقوں میں سے وہ بات اختیار کرلے جس کی اس کا نفس طاقت رکھتا ہے اور اس کی جرات وہمت بلند ہوتی ہے۔

ذاتی تربیت کے اسلوب بہت زیادہ ہیں جن میں ایک:

پہلا اسلوب: محاسبہ نفس:

مشہور داعی شیخ محمد غزالی رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ''اگر کوئی انسان اس دنیوی زندگی میں بلا کسی نگران ومحاسب کے اپنے من پسند طریقہ پر تصرف کرے تو اس کے لئے اپنی کوتاہی وحماقت کے باوجود جائز ہوگا کہ اپنی زندگی کو شکست وریخت کا شکار بنادے جیسے ایک جاہل اپنے مال میں بے ہنگم تصرف کرتا ہے تو پھر کیا یہ ممکن ہے جبکہ اللہ کے محافظین ملائکہ ہیں جو ہر چھوٹی بڑی شئ کو لکھتے رہتے ہیں اور اس کی ذرہ برابر شئ کا بھی ریکارڈ رکھتے ہیں''۔

اور جب معاملہ اس کے برعکس ہے تو ایک مسلمان کے یہاں عقل وحکمت کی بات یہ ہے جبکہ وہ اپنے نفس کی تربیت کا پختہ عزم کئے ہوا ہے کہ وہ سب سے پہلے اپنے پچھلے تمام خیر وشر کا محاسبہ کرے اور اپنی نیکیوں کی چھان بین کرے اور اپنی برائیوں کو چھانٹے، تاکہ بلاتوقع وہ یوم موعود اچانک نہ آجائے جسے وہ یہ سمجھ رکھا تھا کہ وہ خیر پر قائم ہے اور وہ صالحین متقین میں سے ہے!!

ارشاد ربانی ہے: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللّٰهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ**﴾ (الحشر: ١٨) ''اے ایمان والو! اللہ سے ڈرتے رہو اور ہر شخص دیکھ بھال لے کہ کل قیامت کے واسطے اس نے اعمال کا کیا ذخیرہ بھیجا ہے''۔ علامہ ابن کثیر رحمہ اللہ اس آیت کی

تفسیر میں لکھتے ہیں: ''یعنی اپنے نفس کا محاسبہ کرلو قبل ازیں کہ تمہارا محاسبہ کیا جائے اور دیکھ بھال لو کہ تم نے اپنے نفس کے لئے کیا اعمال صالحہ کا ذخیرہ اپنے معاد اور رب کے یہاں پیشی کے دن کے لئے جمع کر رکھا ہے اور یاد رکھو کہ اللہ تعالیٰ تمہارے تمام اعمال واحوال سے باخبر ہے اور اس پر تمہاری کوئی شئ پوشیدہ نہیں ہے''۔ اور نبی کریم ﷺ سے مروی ہے کہ آپ نے ارشاد فرمایا: ''﴿**اَلکَیِّسُ مَن دَانَ نَفسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعدَ المَوتِ وَالعَاجِزُ مَن أتبَعَ نَفسَهُ هَوَاهَا وَتَمَنّٰی عَلیٰ اللّٰهِ الأمَانِی**﴾ (ترمذی: ۲۴۵۹، حسن) ''زیرک وہ شخص ہے جو اپنے نفس کو غلام بنا کے رکھے اور موت کے بعد کی زندگی کے لئے عمل کرے اور عاجز وہ شخص ہے جو اپنے نفس کو خواہشات کا غلام بنالے اور اللہ تعالیٰ پر بے جا امیدیں لگائے ہاتھ پر ہاتھ دھرے بیٹھا رہے''۔ اور فاروق اعظم عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ نے اپنی مشہور ومعروف حکمت بھری باتوں میں فرمایا: ''تم اپنے نفس کا محاسبہ کرو ازیں قبل کہ تمہارا محاسبہ کیا جائے، اپنے نفس کو تول لو اس سے قبل کہ تمہیں تولا جائے، کیونکہ کل کے حساب کے مقابلہ میں آج کا تمہارا نفس کا محاسبہ آسان ترین ہے، اور پیشئ اکبر کے لئے خود کو سنوار لو جس دن تمہاری پیشی ہوگی تو تمہاری کوئی بھی بات مخفی نہ رہے گی''۔

حسن بصری رحمہ اللہ نے فرمایا: ''بندہ اس وقت تک خیر وبھلائی میں رہے گا جب تک اس کا ضمیر اسے جھنجھوڑتا رہے گا اور اپنے قصد وارادہ سے اپنا محاسبہ کرتا رہے گا''۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ نے اس پہلو پر زور دیتے ہوئے فرمایا: ''مکلّف انسان پر ضرر رساں ترین بات: اہمال، ترک محاسبہ، کھلی چھوٹ اور حرام امور کو سہل تر بنا کر گزرنا، یقیناً یہ سب اسے ہلاکت کے گھاٹ تک پہنچا دے گا۔ اور یہی فریب خوردہ لوگوں کا حال ہے، ان میں کا ایک فرد انجام وعواقب سے اپنی آنکھ موند لیتا ہے اور اپنے حال پر چلتا رہتا ہے اور رب کے عفو

ودرگزر پر بے جا بھروسہ کرلیتا ہے! اس طرح وہ اپنے نفس کا محاسبہ اورانجام پر غور وفکر کرنا چھوڑ بیٹھتا ہے۔ جب وہ ایسا کرے گا تو اس پر گناہ ومعصیت میں ملوث ہونا آسان تر ہوجائے گا، معصیت کا مانوس ودلدادہ ہوجائے گا اوراسے ترک کرنا اس پر دشوارتر ہوجائے گا''۔

تربیت نفس کے اس پہلو کی اسی اہمیت کے سبب شاید بعض خطوط ومعالم پر تنبیہ کردینا مناسب ہوگا، ان میں سے ایک:

ا۔ دورانی محاسبہ کی ضرورت:

اپنے نفس کی تربیت میں کوشاں مسلمان اپنی حیات کی جزئیات میں چھان بین اور تحقیق کرتے ہوئے وقفہ وقفہ سے اپنے نفس کے محاسبہ کی کوشش کرتا ہے تاکہ دیکھے کہ وہ کون سے صحیح اور درست افکار کا حامل ہے جنہیں وہ مضبوطی کے ساتھ پکڑ لے اورانہیں ترقی دے اوراس کے پاس کون سے نیک اعمال ہیں کہ جنہیں وہ پوری قوت کے ساتھ پکڑیں رہیں اوران کو برابرانجام دیتے رہیں۔ اورکون سے نقص وکوتاہی اورمخلوط علمی وعملی گناہ ومعصیت ہیں جن سے وہ اجتناب کریں۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ محاسبہ کے ایک طریقہ کی وضاحت کرتے ہوئے لکھتے ہیں: ''اور فائدہ مند طریقوں میں ایک یہ ہے کہ انسان جب سونے کا ارادہ کرے تو کچھ وقت کے لئے اپنے نفس کا محاسبہ کے لئے بیٹھے جس میں وہ یہ محاسبہ کرے کہ دن بھر میں کتنا فائدہ کیا ہے اور کتنا نقصان اٹھایا ہے، پھر وہ اپنے اور اپنے اللہ کے درمیان توبہ نصوح کی تجدید کرے اوراس توبہ کی حالت میں سوجائے اور یہ عزم مصمم کرے کہ جب وہ بیدار ہوگا تو دوبارہ وہ گناہ نہیں کرے گا، ایسا ہر رات کرے، تاکہ اگراس رات اس کی موت ہوجائے تو توبہ پراس کی موت ہواوراگر بیدار ہوجائے تو وہ آئندہ عمل کا استقبال کرتے ہوئے اوراپنی موت میں تاخیر سے مسرور ہوکر بیدار ہوگا، یہاں تک کہ وہ اپنے رب کریم سے ملے اوراپنے مافات کی تلافی کرے۔ (الروح لابن القیم: ۷۹)۔

۲۔اہم دراہم کوترجیح واولیت:

سب سے پہلے ایک انسان اپنے نفس کی جس چیز کا محاسبہ کرے وہ ہے عقیدہ کی صحت، توحید کی سلامت ودرستگی اور شرک کے تمام انواع واقسام اور خاص طور سے شرک اصغر اور شرک خفی جن سے بکثرت اہمال برتا جاتا ہے وغیرہ عقائد واعمال سے براءت جو ایمان کے منافی ہیں یا ایمان کو کمزور کرتے ہیں۔ پھر فرائض وواجبات کی ادائیگی جن میں پانچوں نمازوں کی جماعت کے ساتھ ادائیگی، والدین کے ساتھ حسن سلوک، صلہ رحمی، امر بالمعروف والنہی عن المنکر داخل ہیں۔ پھر تمام چھوٹے وبڑے حرام ومنکر کاموں سے اجتناب اور پھر تمام سنن اور طاعات کی ادائیگی ......اور......اور۔

۳۔محاسبہ کے انواع واقسام:

بقول علامہ ابن قیم رحمہ اللہ نفس کے محاسبہ کی دوقسمیں ہیں: ایک قسم عمل سے قبل اور دوسری قسم عمل کے بعد ہے۔

پہلی قسم: یہ ہے کہ عمل کے عزم وارادہ سے قبل توقف کرے اور اس میں جلد بازی سے کام نہ لے یہاں تک کہ اس کے لئے اس کام کے کرنے کا پہلو ترک کے پہلو پر غالب آجائے۔

دوسری قسم: عمل کے بعد نفس کا محاسبہ، اور اس کی تین قسمیں ہیں:

(الف) نفس کا طاعت پر محاسبہ جس میں نفس نے اللہ کے حقوق میں کوتاہی کی اور اسے مناسب صحیح ڈھنگ سے ادانہیں کی۔

(ب) نفس کا ہر اس عمل کے بارے میں محاسبہ کرے جس کا ترک عمل سے بہتر ہو۔

(ج) نفس کا مباح یا عادت ورواج کے کاموں پر محاسبہ کرے کہ اسے کیوں کیا؟ اور کیا اس عمل سے اسے اللہ کی رضا اور دار آخرت مقصود ہے یا فقط دنیوی لذت؟ (اغاثۃ اللہفان)۔

۴۔ اوقات کا محاسبہ:

اسی طرح محاسبہ کی صورتوں میں ایک یہ ہے کہ ایک مسلمان اپنے نفس کا اپنے اوقات سے فائدہ اٹھانے کی کیفیت ونوعیت پر محاسبہ کرے جو اس کی عمر اور اس کا راس المال ہے کہ کیا اس نے ان اوقات کو خیر کے کاموں، اعمال صالحہ اور مسلمان کی نفع رسانی میں خرچ کیا ہے؟ یا اس کے برعکس گناہ ومعصیت، لہو ولعب اور غفلت وسستی میں ضائع کردیا ہے! کیونکہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے: ﴿**لاَ تَزُولُ قَدَمَا عَبدٍ يَومَ القِيَامَةِ حَتّٰى يُسئَلَ عَن أربَعٍ: وَمِنهَا: عَن عُمُرِهِ فِيمَا أفنَاهُ وَعَن شَبَابِهِ فِيمَا أبلاَهُ** ...... ﴾ (ترمذی) ''بندہ کے قدم بروز قیامت اس وقت تک نہیں ہٹ سکتے جب تک چار باتوں سے متعلق اس کی پرسش نہیں ہو جاتی، ان میں سے ایک اس کی عمر کی بابت کہ اس نے اپنی عمر کس بات میں گنوائی اور اس کی جوانی کے بارے میں کہ اس نے اسے کس چیز میں ڈھلوادی''۔

اور سلف صالحین رضی اللہ عنہم اپنے اوقات کی حفاظت کے انتہائی حریص تھے، کیونکہ وہ ان کی قدر وقیمت کے سب سے بڑے واقف کار تھے۔ حسن رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ''میں نے ایسے کچھ لوگوں سے ملنے کا شرف حاصل کیا جو اپنے اوقات کی حفاظت کے اس سے بھی بڑھ کر شدید حریص تھے جتنا تم اپنے دینار ودرہم کی حفاظت کے حریص ہو''۔ (الوقت: لیوسف القرضاوی)۔

۵۔ حساب اکبر کی یاد:

ایک مسلمان کے لئے اس کے اپنے محاسبہ کی معین ومددگار باتوں میں ایک اس کا یہ علم ومعرفت ہے کہ اللہ تعالیٰ بروز قیامت اپنے بندوں سے نہایت ہی دقیق انداز میں حساب لے گا اور ان سے ان کے کئے ہوئے خیر یا شر کے متعلق دریافت کرے گا اور اس دن انسان اپنے اعمال کو پائے گا کہ ان کو جوڑ کر رکھا گیا ہے اور ان میں سے کچھ بھی خواہ ذرہ برابر کیوں نہ ہو

غائب وضائع نہیں ہوا ہے۔

حسن رحمہ اللہ اس سلسلہ میں فرماتے ہیں: ''ایک مومن اپنے نفس کا نگران ونگہبان ہے، وہ اپنے نفس کا اللہ کی رضا کے لئے محاسبہ کرتا ہے۔ اور بروز قیامت ایک قوم کا حساب وکتاب ہلکا ہوگا کیونکہ انہوں نے دنیا ہی میں اپنے نفسوں کا محاسبہ کیا تھا، اور دیگر قوموں کا حساب وکتاب نہایت سخت ہوگا کیونکہ انہوں نے اس معاملہ کو آسان طور پر بلا محاسبہ لیا تھا۔ (ادب النفوس: للآجری) ص ۲۸)۔

دوسرا اسلوب: تمام گناہ ومعاصی سے توبہ:

نظری محاسبہ اور انسان کے گناہ وکوتاہیوں کے بعد جیسا کہ علماء نے کہا ہے تحلیہ سے قبل تخلیہ کا نمبر آتا ہے اور وہ اس طرح کہ تمام معاصی، تمام عیوب اور تمام فکری وعملی اور اخلاقی نقائص وغیرہ سے توبہ کیا جائے۔ اور ایک مسلمان کی اللہ کی محتاجگی، اس کا قرب اور اس کی رضا کا شعور واحساس کیا جائے اور یہ بات اسے اسی وقت حاصل ہوسکتی ہے جب وہ اپنے ہر گناہ وکوتاہی اور خامی سے نکل چکا ہو۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ رقم طراز ہیں: ''گناہوں سے توبہ میں جلدی فوری طور پر فرض وواجب ہے، تاخیر جائز نہیں۔ لہٰذا جب تاخیر کرے گا تو تاخیر میں اللہ کی نافرمانی کرے گا۔ اب اگر وہ گناہ سے توبہ کرتا ہے تو اس پر دوسری توبہ رہ جاتی ہے اور وہ ہے تاخیر توبہ سے توبہ! اور یہ کم ہی تائب کے دل میں کھٹکتی ہے! اور اس سے وہ اسی وقت چھٹکارا وخلاصی پاسکتا ہے جب وہ اپنے انجانے اور جانے گناہوں سے عمومی توبہ کرلے''۔ (مدارج السالکین ۱/۲۷۲)۔

نیز جس طرح اہل معاصی اور گناہگار لوگ توبہ اور رجوع الی اللہ کا محتاج ہے اسی طرح اہل طاعت واستقامت بھی اس کا محتاج ہے۔ لہٰذا ان میں سے جو شخص بھی یہ خیال کرے کہ اس کے یہاں ایسی کوئی بات نہیں کہ جس سے وہ توبہ کرے، یا وہ یہ سمجھے کہ وہ توبہ سے مستغنی وبے نیاز

ہے تو اس نے لغزش کھائی ہے! اور غرور نے اسے راہ حق سے دور پھینک دیا ہے اور وہ اپنے نامراد کمال نفسی کے جال کا شکار ہو چکا ہے جو اس کے دشمن شیطان نے اس کے کان میں پھونکا ہے تا کہ وہ گناہ ومعصیت اور جرم وتقصیر کے دلدل میں گرتا چلا جائے۔ آغاز اس کے قلب کے اس گناہ کبیرہ سے ہو اور دوسرے تمام گناہ ومعاصی میں گرفتار ہوتا چلا جائے جس کی کوئی انتہا و کنارہ نہ ہو۔

علامہ ابن تیمیہ رحمہ اللہ اس سلسلہ میں فرماتے ہیں: ''جو بندہ ہمیشہ اللہ کی نعمتوں کے درمیان گھرا ہوا سے شکر گزاری کی احتیاج ہے اور جو گناہوں میں لت پت ہوا سے توبہ واستغفار کی ضرورت ہے اور یہ دونوں باتیں ایک بندہ کے لئے دائمی طور پر لازمی امر ہے، کیونکہ وہ برابر اللہ کی بخششوں اور نعمتوں میں الٹتا پلٹتا رہتا ہے اور ہمیشہ توبہ واستغفار کا محتاج رہتا ہے۔ یہی سبب ہے کہ بنی آدم کے سید وسردار اور متقیوں کے امام محمد ﷺ اپنے تمام احوال میں اللہ تعالیٰ کا استغفار کیا کرتے تھے''۔ (مجموع فتاویٰ ابن تیمیہ ۱۰/ ۸۸)۔

یہاں سے ہمارے لئے یہ بات مزید موکد ہو جاتی ہے کہ گناہ ومعاصی قلوب کے ربط کو اللہ تعالیٰ سے کاٹنے وکمزور کرنے اور اسے خیر وعمل صالح کے ارادہ سے کمزور کرنے اور عمل صالح کرنے اور اس پر مستمر رہنے سے محروم کر دینے کے بڑے اسباب میں سے ایک ہے۔ اور اس کی نمایاں دلیل وہ بات ہے جو ہم اس مسلمان کی جو معاصی میں گرفتار ہے، اپنے نفس کی کامل ایمانی وعلمی تربیت سے کمزوری کا مشاہدہ کر رہے ہیں، بلکہ شاید اس سلسلہ میں وہ کبھی مطلقاً غور وفکر ہی نہیں کرتا، حالانکہ وہ اس کا شدید محتاج ہوتا ہے۔

اللہ تعالیٰ نے توبہ کی ترغیب دیتے ہوئے فرمایا: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تُوبُوا إِلَىٰ اللّٰهِ تَوْبَةً نَصُوحاً**﴾ (التحریم: ۸) ''اے ایمان والو! تم اللہ کے سامنے سچی خالص توبہ کرو''۔ اور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**إِنَّ اللّٰه تَعَالىٰ يَبسُطُ يَدَهُ بِاللَّيلِ لِيَتُوبَ**

مُسِىءَ النَّهَارِ، وَيَبسُطُ يَدَهُ بِالنَّهَارِ لِيَتُوبَ مُسِيءَ اللَّيلِ حَتّٰى تَطلُعَ الشَّمسُ مِن مَغرِبِهَا ﴾ ''اللہ تعالیٰ اپنا ہاتھ رات کے وقت پھیلاتا ہے تا کہ دن کے خطا کار کی توبہ قبول کرے اور اپنا ہاتھ دن کے وقت بڑھاتا ہے تا کہ رات کے گنہگار کی توبہ قبول کرے، یہاں تک کہ سورج مغرب کی جانب سے طلوع ہونے لگے''۔ (مسلم)، نیز نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿ **وَإِنِّي لأَستَغفِرُ اللّٰه فِي اليَومِ مِائَةَ مَرَّةٍ وَفِي رِوَايَةٍ أَكثَرَ مِن سَبعِينَ مَرَّةً** ﴾ ''اور میں دن میں اللہ تعالیٰ سے سو مرتبہ استغفار کرتا ہوں'' اور ایک روایت میں ہے کہ: ''ستر سے زائد مرتبہ استغفار کرتا ہوں''۔ (مسلم، بخاری)۔

اور یہاں تک کہ یہ وسیلہ نفس کے اندر اپنا تربیتی اثر ونشان برپا وثابت کردے، ہم بعض توجیہات وارشادات کی طرف نگاہِ تنبیہ مرکوز کردینا مناسب سمجھتے ہیں، ان میں سے:

ا۔ گناہ ومعاصی کی حقیقت:

یہ ضروری ہے کہ آج کے دور میں بہت سارے مسلمانوں کے ذہنوں میں رائج مفہوم کی اصلاح کریں اور وہ یہ ہے کہ گناہ فقط منکرات کا ارتکاب ہے مثلاً چوری، زناکاری، غیبت اور اس جیسے دیگر معاصی۔ حالانکہ یہ مفہوم غلط ہے کیونکہ یہ بات بھی گناہ ومعصیت ہے کہ شرعی واجبات کو بجا نہ لایا جائے، یا ان میں کوتاہی برتی جائے کہ کامل طریقہ ادا نہ کیا جائے، مثلاً نماز کی اس کے اوقات میں ادائیگی میں غفلت واہمال برتنا، یا جماعت کی پابندی کے ساتھ ادا کرنے میں سستی وتکاسلی کا مظاہرہ کرنا، یا خشوع وخضوع میں کمزوری دکھانا، یا امر بالمعروف اور نہی عن المنکر بجا نہ لانا، یا دعوت الی اللہ میں اہمال برتنا، یا معاملات اور احوال مسلمین کا اہتمام نہ کرنا وغیرہ فرائض وواجبات جنہیں اکثر بھلا دیا جاتا ہے۔

نیز بڑے گناہ ومعاصی میں سے جو اعضاء وجوارح کے گناہوں سے بھی بڑھ کر شدید

ہیں وہ قلوب کے گناہ ومعاصی ہیں مثلاً حسد، تکبر، غرور نفس، عُجب وخود پسندی وغیرہ۔ اور یہ سارے گناہ سچی وخالص توبہ جسے توبہ نصوح کہتے ہیں، کامحتاج ہیں۔

۲۔توبہ کے شرائط:

اور بقول امام ابن کثیر رحمہ اللہ'' توبہ نصوح کہتے ہیں اس پختہ اور سچی توبہ کو جو ماقبل کے تمام گناہ ومعاصی پر خط نسخ پھیر دے اور آدمی کو ہر قسم کے گھٹیا و پیچ عمل سے روک دے۔ اور اس کی صورت یہ ہے کہ حال کے تمام گناہوں سے دستبرداری اختیار کی جائے اور ماضی کے تمام گناہوں پر ندامت کا اظہار کیا جائے اور مستقبل میں دوبارہ نہ کرنے کا عزم مصمم کیا جائے''۔ (تفسیر ابن کثیر ۴/ ۴۱۸)۔

۳۔تمام گناہ ومعاصی جرم ہیں:

ایک پکے ایمان اور اللہ سے سچی خشیت وخوف والے مسلمان کے نزدیک گناہ کبیرہ کے مابین کہ جس سے توبہ کرنا واجب ہے اور صغیرہ گناہ کے درمیان جس سے تساہل برتنے کی گنجائش ہے، کوئی فرق نہیں ہے۔ لہٰذا تمام گناہ ومعصیت اس کے نزدیک اللہ کے حق میں جرم وخطا ہوتے ہیں جیسا کہ کسی سلف نے ارشاد نے فرمایا: ''گناہ کے چھوٹا پن کو نہ دیکھو بلکہ اس پر نظر رکھو کہ کس بڑے اللہ کی نافرمانی کر رہے ہو''۔ پھر بہت سارے کبیرہ گناہ ایسے ہوتے ہیں کہ جن کو توبہ وصدق رجوع الی اللہ صغیرہ بنا دیتے ومٹا دیتے ہیں اور بہت سارے صغیرہ گناہوں کو مسلسل اصرار وتساہل کبیرہ بنا ڈالتے ہیں۔ اس کی مصداق سہل بن سعد رضی اللہ عنہ کی حدیث ہے جس میں نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**إِيَّاكُم وَمُحَقِّرَاتِ الذُّنُوبِ، فَإِنَّمَا مَثَلُ مُحَقِّرَاتِ الذُّنُوبِ كَمَثَلِ قَومٍ نَزَلُوا بَطنَ وَادٍ، فَجَاءَ ذَا بِعُودٍ، وَجَاءَ ذَا بِعُودٍ حَتّٰى حَمَلُوا مَا أَنضَحُوا بِهِ خُبزَهُم ، وَإِنَّ مُحَقِّرَاتِ الذُّنُوبِ مَتٰى يُؤخَذُ بِهَا**

صَـاحِبُهَـا تُهـلِكُـهُ ﷺ''تم خود کومعمولی وحقیر گناہوں سے بچاؤ،معمولی وحقیر گناہوں کی مثال اس قوم کی سی ہے جوکسی وادی کےبطن میں پڑاؤ ڈالے۔ چنانچہ ایک آدمی لکڑی لے کرآیا، دوسراشخص بھی لکڑی لایا، یہاں تک کہ وہ اتنی لکڑیاں اٹھالائے جن سے ان کی روٹیاں پکائی جاسکیں۔اور یادرکھو کہ جب چھوٹے ومعمولی گناہوں کا آدمی سےمواخذہ ہونے لگے گا تو وہ ہلاکت کےگڑھے میں جا گرے گا''۔ (احمد:۵/۳۳۱)۔

۴۔فوری وعاجلانہ سزاوعقوبت:

گنہگار جن گناہوں سے تائب نہیں ہوتا اس کو آخرت سےقبل دنیا ہی میں ان کوفوری سزا وعقوبت سےدوچار ہونا پڑتا ہے گرچہ یہ سزاوعقوبت آنے میں کچھ عرصہ تاخیر ہوجائے!اورہمیں اس بات کواس وقت محسوس کرلینا چاہئے جب ہمیں کوئی بھی مصیبت خواہ ہمارےنفس یا مال یا اہل وعیال یا کام وعمل میں لگےاورخواہ وہ مصیبت چھوٹی ہو یا بڑی اس معاملہ میں فضیل بن عیاض رحمہ اللہ کی پرازحکمت قول کو یادکرتے ہوئے جس میں انہوں نے فرمایا:''جب میں اللہ کی نافرمانی کرتا ہوں تو اسے میں اپنی اہلیہ اورسواری کے جانور کےسلوک وبرتاؤ میں جان لیتا ہوں''۔اس سے ایک مسلمان کی عقل وخرد کی زیادتی ظاہر ہوجاتی ہے جب وہ ہر وقت وہر حال میں توبہ واستغفار کی کثرت اس لئے کرتا ہے، تاکہ شاید اللہ تعالیٰ دنیا میں اسے معاف کردےاورآخرت میں اس سےمواخذہ نہ فرمائے۔

۵۔اورہمارےدشمنوں کا ایک فریب وچال :

شاید ہمیں اس مقام پر ہر مسلمان مرد وعورت کو اس بات کی تنبیہ کرنے کی حاجت وضرورت نہیں کہ شیطان اپنے مکروفریب کے ساتھ ہمارے میں تعاقب میں ہےاوراپنے تمامتر وسائل وذرائع کے ساتھ ہمیں فریب دینے میں جٹا ہوا ہےاوران میں سے ایک اس کا یہ حرص

وآز ہے کہ ہم میں کسی کو بہت ساری دلیل وحجت سے توبہ کرنے میں دیر کرادے اور اللہ کی طرف رجوع میں ٹال مٹول کراتا رہے جن میں ایک بات یہ ہے کہ ابھی تو بہت عمر باقی ہے، ابھی موت بہت دور ہے! لیکن زیرک وہی شخص ہے جو موت آنے سے پہلے توبہ کرنے میں جلدی کرے کیونکہ وہ نہیں جانتا کہ وہ کب اس کا بلاوا آجائے؟ کبھی ایسا ہوتا ہے کہ وہ گھر سے نکلتا ہے اور گاڑی کے حادثہ کے سبب یا اور کسی دوسرے سبب سے گھر نہیں لوٹ پاتا۔ کبھی انسان سوتا ہے اور پھر بیدار ہونے کی نوبت نہیں آتی، یا اچانک موت کے منہ میں جا گرتا ہے اور وہ اپنے اہل وعیال اور احباب کے درمیان بیٹھا ہوا ہوتا ہے اور اس وقت کفِ افسوس ملتا ہے لیکن وہ افسوس کا وقت کہاں؟ اس سلسلہ میں حسن بصری رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ''کچھ لوگ ایسے ہیں جن کو امیدِ مغفرت نے غفلت میں ڈال رکھا ہے یہاں تک کہ وہ دنیا سے بلا توبہ کوچ کر جاتا ہے۔ ان میں سے ایک شخص یہ کہتا ہے کہ میں اپنے رب کے ساتھ حسن ظن رکھتا ہوں۔ وہ جھوٹا ہے، کیونکہ اگر وہ حسن ظن رکھتا ہوتا تو نیک و اچھا عمل ضرور کرتا''۔ (الجواب الکافی لابن القیم: ۲۶)۔

تیسرا اسلوب: طلب علم اور معرفت کا دائرہ وسیع کرنا:

طلب علم اور اپنی معرفت میں اضافہ کرنا نفس کی اچھی تربیت اور اس کی صحیح رہنمائی کا اہم طریقہ اور ضروری وسیلہ وذریعہ ہے، کیونکہ یہ کیسے ممکن ہے کہ انسان اپنے نفس کی صحیح تربیت کرنے پر قادر ہو اور وہ حلال وحرام، حق وباطل اور صحیح وغلط عقائد وافکار سے ناواقف وجاہل رہے؟ شیخ محمد بن عبدالوہاب رحمہ اللہ رقم طراز ہیں: ''یاد رکھو کہ طلب علم فرض ہے اور یہ مریض دلوں کے لئے شفاء ہے اور ایک بندہ پر سب سے اہم بات جو ضروری ہے وہ یہ کہ وہ اپنے دین کی معرفت حاصل کرے جو معرفت اور دین پر عمل دخول جنت کا سبب ہے''۔ (حاشیہ ثلاثۃ الاصول: ۱۰)۔

ہاں! جس علم سے تربیت نفس حاصل ہوتی ہے وہ شرعی علم ہے جو کتاب وسنت اور فہم سلف

صالحین سے ماخوذ ہواور جواللہ کا تقویٰ ومراقبہ اورخوف وخشیت پیدا کرنے والا ہواور جواللہ کی اطاعت وفرماں برداری، اس کے احکام وحدود پر دال ہواور جو جنت لے جانے والا اور جہنم سے دور کرنے والا ہو۔(ورثۃ الانبیاءلعبدالملک القاسم:ص۱۱)۔مزید براں وہ علوم جوتربیت نفس کے معاون اور کامل وہمہ گیر ہونے کے متعاون ہوں وہ بھی درست ہیں، مثلاً علم نفس وسائیکلوجی،علم اجتماع وسوشیالوجی اورعلم تربیت ذات وغیرہ جومفید عصری علوم ہیں۔

تربیت کے مسئلہ میں علم کی اہمیت اس بات سے واضح ہوتی ہے اورعلم وتربیت دونوں آپس میں ایک دوسرے سے مربوط ہیں ایک کو دوسرے سے جدانہیں کیا جاسکتا کہ عبداللہ بن مبارک رحمہ اللہ سے جب یہ دریافت کیا گیا کہ آپ کب تک حدیث لکھتے رہیں گے؟ تو انہوں نے جواب میں فرمایا:''شاید کوئی بات جس سے مجھے نفع حاصل ہوابھی تک میرے کانوں میں پڑا نہ ہو''۔اورمحمد بن اسماعیل رحمہ اللہ نے فرمایا:''ہمارے پاس سے امام احمد بن حنبل رحمہ اللہ گزرے اورآپ اپنے ہاتھ میں اپنے جوتے پکڑے ہوئے تھے اورآپ بغداد کی سڑکوں میں ایک حلقہ علم سے دوسرے حلقہ علم جانے کے لئے بھاگ دوڑ کررہے تھے۔تو میرے والد اٹھے اورامام صاحب کے کپڑوں کو پکڑ کرکہا: اے ابوعبداللہ! آپ کب تک علم حاصل کرتے رہیں گے؟امام احمد رحمہ اللہ نے جواب دیا:موت تک!!۔(شرف اصحاب الحدیث:ص ۶۸)۔

چنانچہ ثابت ہوا کہ طلب علم تربیت نفس کی صحیح تربیت کا ایک اہم وسیلہ وذریعہ ہے۔ جہاں تک اس کے طریقوں کا معاملہ ہےتو وہ بہت زیادہ ہیں اورشاید ان میں:

۱۔ان ہفتہ واری علمی دروس واسباق میں حاضری کی پابندی کرنا جوعلماءکرام مساجد میں قائم کرتے ہیں۔

۲۔ان علمی وتربیتی لیکچروں میں حاضری جن کانظم وقتاً فوقتاً مساجد اورفلاحی اورسوشل

اداروں میں کیا جاتا ہے۔

۳۔مختلف علوم وفنون پر مشتمل علمی وتہذیبی تعلیم کا حریص ہونا خواہ وہ تہذیبی کتابیں ہوں یا عصری اوراس سلسلہ میں ایک دورانی پروگرام کانظم کرنا۔

۴۔علماء، ادباء، مفکرین اور اہل فن مہذب لوگوں کی زیارت کرنا تاکہ ان کے علم وفن اور تجربہ سے استفادہ کیا جاسکے اوران کے ساتھ علمی وفکری بحث وتحقیق اور گفتگو کا سلسلہ جاری کیا جاسکے۔

۵۔مختلف علوم ومعارف پر مشتمل علمی تقریروں اورلیکچروں کی کیسیٹ سننا۔

۶۔مملکت سعودی عرب کے ریڈیو سے قرآن کریم نشریات کو باقاعدگی کے ساتھ سننااور اس کے عمدہ پروگراموں سے استفادہ کرنا۔

۷۔کمپیوٹر کے ڈسک اور انٹرنیشنل مواصلاتی نیٹ ورک میں متوفر علمی وثقافی پروگراموں سےاستفادہ کرتے رہنا۔

۸۔ اخبارات وجرائد کے توسط سے عالم اسلامی اورمسلمانوں کے اخبارواحوال سے معلومات حاصل کرتے رہنا۔

۹۔علماءاوراساتذہ کالجوں، انسٹی ٹیوٹوں اور مدارس میں جوکورس کے دروس ولیکچر دیتے ہیں ان سے بہترین استفادہ کرتے رہنا۔

اوراس ذریعہ ووسیلہ کے تحت بعض ہدایات بھی ہیں جن پر تنبیہ مناسب معلوم ہوتی ہے اور وہ درج ذیل ہیں:

(الف) طلب علم میں اخلاص اوراللہ تعالیٰ کی رضا جوئی کی ضرورت، تاکہ اللہ اپنے اذن سےاس میں قبولیت وپزیرائی اورنفع وفیض رسانی ڈال دے۔

(ب) طلب علم اور مختلف وسائل وذرائع سے ازدیاد معرفت کا ہمیشہ حرص اور تحصیل علم کا سلسلہ منقطع نہ کرنا، خواہ انسان کو کتنی ہی بڑی علمی ڈگریاں حاصل ہو جائیں۔

(ج) اپنے نفس پر اس علم کی تطبیق اور اس پر عمل، تاکہ ایک مسلمان ایمانی، اخلاقی اور اجتماعی معاملات وغیرہ تمام پہلوؤں سے ایک ممتاز قدوہ واسوہ بن سکے۔

(د) اس علم کے حقوق اور اس کی زکوٰۃ کی ادائیگی یعنی دعوت الی اللہ، لوگوں کے مابین اس کی ہر اسلوب وطریقہ اور حکمت وموعظت حسنہ کے ذریعہ نشر واشاعت اور تعلیم۔

چوتھا اسلوب: اعمالِ ایمانی کی تطبیق:

یہ باعتبار انواع وتعدد طرق سب سے زیادہ، نفس کے تزکیہ اور اس کی اثر پزیری کے سب سے عظیم ہے۔ کیونکہ یہ اللہ اور اس کے رسول کے اوامر واحکام کی عملی تطبیق ہے اور یہی اس شخص کے صدق وسچائی کی معرفت کا امتحان وکسوٹی ہے جو ہدایت واستقامت کی طلب میں انہیں ادا کرتا ہے۔ نیز اس کے تربیت واصلاح نفس میں خلوص رغبت پر کھلی دلیل وبرہان ہے۔ جہاں تک اس کے میدانوں کی بات ہے تو وہ بہت زیادہ ہیں جن میں:

ا۔عبادات وفرائض کو کامل طریقہ پر ادا کرنا: مثلاً:

(الف) مردوں کے لئے پورے سکون واطمینان اور خشوع وخضوع کے ساتھ مسجد میں باجماعت پانچوں نمازوں کی ادائیگی کی پابندی کرنا۔(عثمان بن عفان رضی اللہ عنہ سے مروی روایت میں انہوں نے کہا کہ میں نے رسول اللہ ﷺ سے یہ فرماتے سنا: ﴿**مَا مِنِ امرِئٍ مُسلِمٍ تَحضُرُهُ صَلاَةٌ مَكتُوبَةٌ ، فَيُحسِنُ وُضُوئَهَا وَخُشُوعَهَا وَرُكُوعَهَا إلَّا كَانَت كَفَّارَةً لِمَا قَبلَهَا مِنَ الذُّنُوبِ مَا لَم تُؤتَ كَبِيرَةٌ، وَذٰلِكَ الدَّهرَ كُلَّهُ**﴾ ’’کوئی مسلمان نہیں ہے کہ اس کے پاس فرض نماز آ حاضر ہوتی ہے، تو وہ نماز کے لئے بہترین وضو، خشوع

وخضوع اور رکوع کرتا ہے مگر یہ نماز اس کے ماقبل کے گناہوں کا کفارہ بن جاتی ہے جب تک کہ کبیرہ گناہ کا ارتکاب نہ ہو، اور یہ تمام زمانہ کے لئے ہے''۔(مسلم)۔

(ب) ہر فرض نماز میں تکبیر تحریمہ پانے کا حریص ہونا۔

(ج) حرام ومنکر کاموں سے دور رہ کر ماہِ رمضان کے روزے رکھنا۔(ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ میں نے رسول اللہ ﷺ سے یہ فرماتے ہوئے سنا: **﴿مَن صَامَ رَمَضَانَ وَعَرَفَ حُدُودَهُ وَتَحَفَّظَ مِمَّا كَانَ يَنبَغِي لَهُ أن يُتَحَفَّظَ مِنهُ كَفَّرَ مَا قَبلَهُ﴾** ''جوشخص ماہِ رمضان کے روزے رکھے اور اس کے حدود کو پہنچانے اور اس بات کی حفاظت کرے جس کی حفاظت اس کے لئے مناسب تھا، تو اس کے ماقبل کے گناہوں کا کفارہ بن جائیں گے''۔احمد)۔

(د) جب حج کی استطاعت ہو اور اس کے لئے موقع میسر ہو، تو فریضہء حج ادا کرنے میں جلدی کرنا۔

۲۔زیادہ سے زیادہ نفلی عبادات بجالانا: مثلاً:

(الف) روزانہ سنت موکدہ (سنن راتبہ) کی ادائیگی کا اہتمام کرنا۔(ام المومنین ام حبیبہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ میں نے رسول اللہ ﷺ سے یہ فرماتے سنا: **﴿مَا مِن عَبدٍ مُسلِمٍ يُصَلِّي لِلّٰهِ تَعَالىٰ كُلَّ يَومٍ ثِنتَى عَشرَةَ رَكعَةً تَطَوُّعاً غَيرَ الفَرِيضَةِ إلَّا بَنىٰ اللّٰهُ لَهُ بَيتاً فِى الجَنَّةِ﴾** ''کوئی مسلمان بندہ نہیں ہے جو اللہ کے لئے روزانہ فرض کے علاوہ بارہ رکعت نفل نماز پڑھے، مگر اللہ تعالیٰ اس کے لئے جنت میں ایک گھر بنائے گا''۔(مسلم)۔

(ب) نماز وتر کی ادائیگی کی پابندی کرنا خواہ ایک رکعت ہی سہی۔(ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ

سے روایت ہے انہوں نے کہا: ﴿أوصانِي خَلِيلِي ﷺ بِثلاثٍ : صِيَامِ ثَلاثَةِ أَيَّامٍ مِن كُلِّ شَهرٍ ، وَرَكعَتَي الضُّحىٰ ، وَأن أوتِرَ قَبلَ أن أنام َ﴾ ''میرے خلیل محمد ﷺ نے مجھے تین باتوں کی وصیت کی: ایک ہر مہینہ تین دن روزے رکھنا، دوسری چاشت کی دو رکعت پڑھنا اور تیسری یہ کہ میں سونے سے پہلے وتر پڑھ لوں''۔ متفق علیہ)۔

(ج) نماز فجر کے بعد مسجد میں ذکر وتلاوتِ قرآن کے لئے سورج نکلنے تک بیٹھنا اور پھر دو رکعت نماز پڑھنا۔ (انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا: رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿مَن صَلّٰى الفَجرَ فِي جَمَاعَةٍ ثُمَّ قَعَدَ يَذكُرُ اللّٰهَ تَعَالىٰ حَتّٰى تَطلُعَ الشَّمسُ ثُمَّ صَلّٰى رَكعَتَينِ كَانَت كَأجرِ حَجَّةٍ وَعُمرَةٍ تَامَّةٍ تَامَّةٍ تَامَّةٍ﴾ ''جو شخص باجماعت نماز فجر پڑھے، پھر اللہ تعالیٰ کا ذکر کرتا رہے یہاں تک کے سورج طلوع ہوجائے، پھر دو رکعت نماز پڑھے تو یہ کامل ومکمل حج وعمرہ کے اجر وثواب کے برابر ہے''۔ ترمذی، حسن)۔

(د) نماز ضحیٰ (چاشت) کی پابندی کرنا۔

(ھ) قیام اللیل کے کچھ حصہ کی پابندی کرنا، خواہ چند منٹوں کے لئے سہی۔

(و) فضیلت والے ایام کے روزے رکھنا مثلاً شوال کے چھ روزے، عرفہ وعاشوراء کا روزہ نیز پیر وجمعرات کا روزہ۔

(ز) بر واحسان کے راستوں اور کاموں میں صدقہ وخیرات اور خرچ کرنا خواہ تھوڑی مقدار ہی کیوں نہ ہو۔

۳۔ ذکر وعبادت کا اہتمام کرنا:

ذکر اپنے وسیع معنیٰ ومفہوم میں آدمی کے اپنے نفس کی تربیت میں نہایت بلند درجہ رکھتا ہے

اوراس کے کئی درجات ہیں، سب سے اونچے درجے کا وہ ذکر ہے جوقلب ولسان دونوں سے ہو، اس کے بعد اس کا جوصرف قلب سے ہو اور سب سے نچلا درجہ جوصرف زبان سے ہو۔ (ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**سَبَقَ الْمُفَرِّدُونَ! قَالُوا وَمَا الْمُفَرِّدُونَ يَا رَسُولَ اللّٰهِ؟ قَالَ: الذَّاكِرُونَ اللّٰهَ كَثِيراً وَالذَّاكِرَاتُ**﴾ ''مفردین بازی لے گئے! صحابہ کرام نے دریافت کیا: اے اللہ کے رسول! مفردین کس قسم کے لوگ ہیں؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کثرت سے اللہ تعالیٰ کا ذکر کرنے والے مرد وعورت''۔ مسلم)۔

ذکر کی بہت ساری اقسام ہیں، جن میں:

(الف) قرآن کریم کی تلاوت، اور یہ ذکر کی قسموں میں سب سے افضل ہے، اس لئے ایک مسلمان کے لئے مناسب یہ ہے کہ روزانہ قرآن مجید کا کچھ نہ کچھ حصہ بطور وظیفہ وورد ضرور پڑھے، خواہ کتنا ہی زیادہ مشغولیت رہے، وہ چھوٹنے نہ پائے، مثلاً چار صفحوں سے آغاز کرے اور اپنے وظیفہ وورد میں ہر مہینہ ایک ایک صفحہ کا اضافہ کرتا جائے، یہاں تک کہ ایک عرصہ بعد وہ روزانہ پورا ایک پارہ قرآن مجید تلاوت کر لے اور پھر اس پر پوری زندگی قائم رہے۔ (ابومسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**مَنْ قَرَأَ حَرفاً مِن كِتَابِ اللّٰهِ فَلَهُ حَسَنَةٌ وَالحَسَنَةُ بِعَشْرِ أمثَالِهَا، لاَ أَقُولُ آلٓمٓ حَرفٌ، وَلٰكِن أَلِفٌ حَرفٌ وَلاَمٌ حَرفٌ وَمِيمٌ حَرفٌ**﴾ ''جوشخص کتاب اللہ سے ایک حرف پڑھے اس کو ایک نیکی ملے گی اور نیکی دس گنا بڑھائی جاتی ہے، میں یہ نہیں کہتا کہ ''الم'' ایک حرف ہے، بلکہ الف ایک حرف ہے اور لام دوسرا حرف ہے اور میم تیسرا حرف ہے''۔ ترمذی، حسن صحیح)۔

(ب) ہر وقت اور ہر حال کی مناسب دعاؤں واذکار کا اہتمام، اور اس سے مراد گھر میں داخل ہونے اور گھر سے نکلنے، مسجد میں داخل ہونے اور مسجد سے نکلنے کی دعائیں ہیں، نیز کھانا شروع کرنے اور کھانے سے فارغ ہونے کی دعا، نیا کپڑا پہننے کی دعا، نیا چاند دیکھنے کی دعا اور بارش کے نزول کے وقت کی دعائیں وغیرہ ،ان سب دعاؤں کی پابندی کرے۔

(ج) صبح وشام کی دعائیں، اور یہ وہ دعائیں ہیں جو دن کے آغاز میں اور رات کے شروع میں پڑھی جاتی ہیں، جن میں آیت الکرسی، سورہ اخلاص اور معوذتین، تین تین بار پڑھنا اور دعاء سید الاستغفار وغیرہ اذکار ومعروف دعاؤں کا اہتمام کرنا شامل ہے۔

(د) تعداد کے ساتھ مقید دعاؤں کو پڑھنا، جیسا کہ اس کی تعداد اور فضیلت پر صحیح احادیث وارد ہیں جن میں:

لا الہ الا اللہ دس مرتبہ یا سومرتبہ پڑھنا۔ (ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**مَن قَالَ لَا إِلٰـهَ إِلَّا اللّٰـهُ وَحدَهُ لَاشَرِيكَ لَهُ ، لَهُ المُلكُ وَلَهُ الحَمدُ وَهُوَ عَلىٰ كُلِّ شَيءٍ قَدِيرٌ فِي يَومٍ مِائَةَ مَرَّةٍ كَانَت لَهُ عِدلُ عَشرِ رِقَابٍ، وَكُتِبَت لَهُ مِائَةُ حَسَنَةٍ ، وَمُحِيَت عَنهُ مِائَةُ سَيِّئَةٍ وَكَانَت لَهُ حِرزاً مِنَ الشَّيطَانِ يَومَهُ ذٰلِكَ حَتّٰى يُمسِيَ، وَلَم يَأتِ أَحَدٌ بِأَفضَلَ مِمَّا جَاءَ بِهِ إِلَّا رَجُلٌ عَمِلَ أَكثَرَ مِنهُ**﴾ ''جوشخص دن میں 'لا إله إلا الله وحده لاشريك له، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير' سومرتبہ پڑھے اسے دس غلام آزاد کرنے کے برابر ثواب ملے گا اور اس کے لئے سونیکیاں لکھی جائیں گی اور اس کے سوگناہ مٹا دیئے جائیں گے اور یہ اس دن شام تک کے لئے شیطان سے اس کی حفاظت کا ذریعہ بن جائے گا اور کوئی شخص اس سے بڑھ کر کوئی عمل نہیں کرسکتا، مگر وہ شخص جو اس آدمی

سے زیادہ عمل کرے''۔متفق علیہ)۔اور ہر فرض نماز کے بعد سبحان اللہ تینتیس مرتبہ اور الحمد للہ تینتیس مرتبہ اور اللہ اکبر تینتیس مرتبہ اور سو کا عدد مکمل کرنے کے لئے لا إلہ إلا اللہ ایک مرتبہ پڑھے۔(ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ نبی کریم ﷺ سے روایت کرتے ہیں کہ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**مَن سَبَّحَ اللّٰهَ فِی دُبُرِ كُلِّ صَلاَةٍ ثَلاَثاً وَثَلاَثِينَ، وَحَمِدَ اللّٰهَ ثَلاَثاً وَثَلاَثِينَ، وَكَبَّرَ اللّٰهَ ثَلاَثاً وَثَلاَثِينَ وَقَالَ تَمَامَ المِائَةِ: لاَ إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَحدَهُ لاَشَرِيكَ لَهُ، لَهُ المُلكُ وَلَهُ الحَمدُ وَهُوَ عَلىٰ كُلِّ شَیءٍ قَدِيرٌ، غُفِرَت خَطَايَاهُ وَإِن كَانَت مِثلَ زَبَدِ البَحرِ**﴾''جو شخص ہر نماز کے بعد تینتیس مرتبہ سبحان اللہ اور تینتیس مرتبہ الحمد للہ اور تینتیس مرتبہ اللہ اکبر پڑھے اور لا إلٰہ إلا اللہ وحدہ لاشریک لہ، لہ الملک ولہ الحمد وھو علی کل شیء قدیر پڑھ کر سو کا عدد مکمل کرے، تو اس کے تمام گناہ معاف کردیئے جائیں گے گرچہ وہ سمندر کے جھاگ برابر ہوں''۔مسلم)۔اور سبحان اللہ وبحمدہ سو مرتبہ پڑھنا۔(ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**مَن قَالَ سُبحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمدِهِ فِی يَومٍ مِائَةَ مَرَّةٍ حُطَّت خَطَايَاهُ وَإِن كَانَت مِثلَ زَبَدِ البَحرِ**﴾''جو آدمی سبحان اللہ وبحمدہ دن میں سو مرتبہ کہے، اس کے تمام گناہ مٹادیئے جائیں گے گرچہ وہ سمندر کے جھاگ برابر ہوں''۔متفق علیہ)۔

(ھ) ذکر مطلق، اور یہ وہ ذکر کہلاتا ہے جو کسی متعین وقت، یا مخصوص جگہ، یا خاص حال کے ساتھ مقید نہیں، مثلاً سبحان اللہ، الحمد للہ، لا إلٰہ إلا اللہ، اللہ اکبر، ولا حول ولا قوۃ إلا باللہ اور الصلاۃ والسلام علی رسول اللہ وغیرہ۔

اور اس وسیلہ وذریعہ کے تحت ہم بعض اہم ہدایات کا ذکر کرتے ہیں، جن میں:

اول: پانچ وقت کی نمازوں کی اہمیت:

ایک سچا مسلمان جوان نمازوں کی پابندی کرتا ہے اور انہیں مسجد میں وقت پر اور باجماعت پورے ارکان وواجبات وسنن کی پابندی کے ساتھ ادا کرنے کا حریص ہوتا ہے ان سنتوں اور دیگر طاعات کی کوتاہیوں سے اجتناب کرتے ہوئے جن میں بعض لوگ واقع ہوتے ہیں، یا بے فائدہ لہو ولعب اور گناہ ومعصیت میں مشغول ہوتے ہیں، یا ان فرائض کی اور خاص طور سے نماز فجر کی وقت پر ادائیگی کی قیمت پر دیر رات جاگتے ہیں! نیز اسی طرح وہ تکبیر تحریمہ پانے کا انتہائی حریص ہوتا ہے جس سے بہت سارے مصلی حضرات غفلت کا شکار ہوتے ہیں۔

دوم: عادت اور عبادت کے درمیان:

تا کہ ہم ان عبادات کی قدر و قیمت اور مقام ومرتبہ کو بلند کرسکیں یہاں تک کہ یہ اکتا دینے والے عادات وروٹین میں تبدیل نہ ہو جائیں، انہیں ہم فقط جسم بلا روح اور مجرد اقوال ومُردہ حرکات کے ساتھ ادا کرنے لگیں۔ بلکہ ہماری یہ انتہائی کوشش ہونی چاہئے کہ ہم ان عبادات کو اپنے قلب وروح کے ساتھ ادا کریں، ان کے حقیقی معانی اور بلند مقاصد کی حقیقتوں میں کھو جائیں، پورے سکون واطمینان اور صدق واخلاص اور دل جمعی کے ساتھ ادا کریں، تا کہ ان کا اثر نہ صرف ہمارے نفس اور زندگی پر پڑے بلکہ ان کا اثر ہمارے اعضاء وجوارح اور اخلاق وسلوک پر نمایاں ہو جائے۔ ارشاد ربانی ہے: ﴿**قَد أفلَحَ المُؤمِنُونَ الَّذِينَ هُم فِي صَلاتِهِم خَاشِعُونَ**﴾ (سورۃ المومنون: ا و ۲) ''یقیناً ایمان والوں نے فلاح حاصل کرلی، جو اپنی نمازوں میں خشوع کرتے ہیں''۔

سوم: صرف علم ومعرفت کافی نہیں:

کیا یہ درست ہے کہ ہمارے بعض بھائیوں کے حصہ میں ان اعمال صالحہ کا ان پر عمل اور عملی تطبیق دیئے بغیر صرف اجر وثواب اور فضیلت کا علم ومعرفت آئے؟ میں نہیں سمجھتا کہ جن کے

قلب میں اللہ اوراس کے رسول ﷺ کی محبت ہے اور جوفردوس بریں کا حریص ہے کہ وہ کبھی بھی ایسی حرکت کرے گا، بلکہ آپ اسے ہر عمل ومیدان میں دوڑ لگاتے اور ہر خیر وطاعت میں سبقت کرتے پائیں گے، جیسا کہ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ﴿**سَابِقُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِن رَبِّكُم وَجَنَّةٍ عَرضُهَا كَعَرضِ السَّمَاءِ وَالأَرضِ أُعِدَّت لِلَّذِينَ آمَنُوا بِاللّٰهِ وَرُسُلِهِ**﴾ (الحدید:۲۱) ''آؤ دوڑو اپنے رب کی مغفرت کی طرف اوراس جنت کی طرف جس کی وسعت آسمان وزمین کی وسعت کے برابر ہے، یہ ان کے لئے بنائی گئی ہے جو اللہ پر اوراس کے رسولوں پر ایمان رکھتے ہیں''۔ اس قول زریں سے رہنمائی لیتے ہوئے کہ: ''اگر تمہارے بس میں یہ بات ہو کہ کوئی بھی شخص تم سے اللہ کے دین کی طرف سبقت لے جانے میں پہل نہ کر سکے تو ایسا ضرور کرو''۔

چہارم: ہم اللہ کے ذکر کو نہ بھولیں:

فرائض وواجبات کی ادائیگی کے بعد سب سے افضل عبادت یہ ہے کہ ایک مسلمان کی زبان اللہ کے ذکر وتسبیح واستغفار اور مختلف اذکار سے تر ہو، نہ صرف گھر وگاڑی اور سڑکوں پر بلکہ ہر جگہ، ہر وقت اور ہر حال میں۔ ارشاد ربانی ہے: ﴿**وَاذكُر رَبَّكَ فِي نَفسِكَ تَضَرُّعاً وَخِيفَةً وَدُونَ الجَهرِ مِنَ القَولِ بِالغُدُوِّ وَالآصَالِ وَلاتَكُن مِنَ الغَافِلِينَ**﴾ (الاعراف: ۲۰۵) ''اور اے شخص! اپنے رب کی یاد کیا کر اپنے دل میں عاجزی کے ساتھ اور خوف کے ساتھ اور زور کی آواز کی نسبت کم آواز کے ساتھ صبح اور شام اور اہلِ غفلت میں سے مت ہونا''۔

پنجم: سرور ونشاط کے اوقات کو غنیمت جان کر استعمال کرنا:

کبھی نفس طاعت پر آمادہ ومتوجہ ہوتا ہے اور کبھی اس سے روگردانی اور منہ موڑتا ہے۔ اور

ظفریاب خردمند وہ شخص ہے جو اپنے اوقاتِ صحت اور سرور ونشاط اور اوقاتِ فراغ کو غنیمت جان کر طاعت وبندگی اور کثرت نوافل میں متوجہ ومشغول رکھے۔ چنانچہ حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿**اِغتَنِم خَمساً قَبلَ خَمسٍ، شَبَابَکَ قَبلَ هَرَمِکَ، وَصِحَّتَکَ قَبلَ سُقمِکَ، وَغِنَاکَ قَبلَ فَقرِکَ، وَفَرَاغَکَ قَبلَ شُغلِکَ، وَحَیَاتَکَ قَبلَ مَوتِکَ**﴾ ''پانچ باتوں سے قبل پانچ باتوں کو غنیمت سمجھو: پیران سالی سے قبل جوانی کو، مرض سے قبل صحت وعافیت کو، فقر ومحتاجگی سے قبل مالداری کو، مشغولیت سے قبل اوقات فراغ کو اور موت سے قبل حیات وزندگی کو''۔

(امام حاکم نے ۴/ ۳۰۶ میں روایت کر کے صحیح قرار دیا ہے اور علامہ ذہبی نے ان کی موافقت کی ہے)۔

ششم: فضیلت والے اوقات ومقامات سے استفادہ کرنا:

اللہ تعالیٰ نے بعض اوقات اور بعض مقامات کو زیادتی فضیلت کے ساتھ خصوصیت عطا کی ہے اور انہیں بارانِ رحمت کے نزول اور دعاؤں کی قبولیت کی جگہ قرار دیا ہے، اس لئے ایک مسلمان کے لئے یہ سزاوار ہے کہ ان اوقات ومقامات کا بہترین استعمال کرے، مثلاً ماہِ رمضان، عشرہ ذی الحجہ، روز جمعہ کی آخری گھڑی اور رات کی آخری تہائی گھڑی وغیرہ۔ چنانچہ حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿**إنَّ فِی اللَّیلِ سَاعَةً لاَ یُوَافِقُهَا رَجُلٌ مُسلِمٌ یَسأَلُ اللّٰهَ تَعَالیٰ خَیراً مِن أمرِ الدُّنیَا وَالآخِرَةِ إلاَّ أعطَاهُ إیَّاهُ وَذٰلِکَ کُلَّ لَیلَةٍ**﴾ ''رات میں ایک گھڑی ہے کہ اسے کوئی مسلمان شخص نہیں پاتا جس میں وہ اللہ تعالیٰ سے دنیا وآخرت کے امور میں کچھ خیر کا سوال کرے، مگر اللہ اسے وہ عطا فرماتا ہے، اور یہ گھڑی ہر رات میسر ہے''۔

ہفتم: توازن کی حاجت وضرورت:

ایک مسلمان کے لئے مناسب ہے کہ وہ ان عبادات وطاعات کو بجالانے میں انتہائی محنت وکوشش کرے لیکن کچھ توازن کے ساتھ، کیونکہ یہ بالکل درست نہیں کہ آدمی بعض باتوں کا تو

اہتمام کرے اور بعض دیگر باتوں میں غفلت ولا پرواہی سے کام لے۔لیکن وہ اپنے امکان ووقت کی حد تک تمام امور پر عمل کرنے کا حریص ہوتا کہ وہ عبودیت کاملہ کا اہل ہو جائے۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ اللہ کی طرف سعی میں لوگوں کے طرق کو بیان کرنے کے بعد رقم طراز ہیں: ''ان میں سے ایک اللہ کی جانب سالک ہے جو ہر طریق سے اللہ کا واصل ہے جس نے وظائف ومراسم عبودیت کو اپنے قلب کا قبلہ اور اپنی آنکھوں کا نشانہ بنایا ہے، وہ اسی کا جویا ہے خواہ وہ کہیں ہو اور اسی کے ساتھ گردش کرتا ہے جہاں وہ جائے، اس نے ہر فریق عبادت کے ساتھ اپنا ایک حصہ ضرور لگایا ہوا ہے۔ لہٰذا جہاں عبودیت پائی جائے گی آپ وہاں اسے پا جائیں گے۔اگر وہ علم ہو تو آپ اسے اہلِ علم کے ساتھ پائیں گے، یا جہاد ہو تو اسے مجاہدین کی صف میں دیکھیں گے، یا نماز ہو تو اسے قانتین کے زمرہ میں پائیں گے، یا ذکر ہو تو آپ اسے ذاکرین کے حلقہ میں پائیں گے، یا احسان ونفع ہو تو آپ اسے محسنین کی جماعت میں پائیں گے۔وہ شیوۂ عبودیت کا شیدائی ہے جہاں اس کی سواری پڑاؤ ڈال دے، وہ اسی کا رخ کرتا ہے جہاں وہ خیمہ زن ہو جائے۔اگر اس سے دریافت کیا جائے: تم کن اعمال کا قاصد ہو؟ تو وہ جواب میں کہے گا: میرا مقصد تو صرف اپنے رب کے احکام وفرامین پر عمل آوری ہے خواہ وہ جہاں ہوں''۔(طریق الہجرتین: ص ۱۷۸ تا ۱۷۹ اور دیکھیں: الفوائد لابن القیم ص: ۳۸)۔

پانچواں اسلوب: اخلاقی پہلو کا خصوصی اہتمام:

اسلام نے اخلاق حسنہ پر خصوصی توجہ دی ہے اور اپنے تمام اوامر ونواہی اور عبادات وطاعات میں نفس اور انسان کی حیات پر ایجابی ثمرات ونتائج پر خصوصی عنایت مرکوز کی ہے، جن میں سے حقوق اللہ میں عظیم اللہ کا تقویٰ وخشیت اور محبت والفت، اور حقوق العباد میں بندوں کے ساتھ حسنِ خلق اور ان کے ساتھ نیک سلوک واحسان ہے، کیونکہ دین معاملہ کا نام ہے۔

اللہ تعالیٰ نے بہت سارے اخلاق واقدار پر ترغیب دیتے ہوئے فرمایا: ﴿**إِنَّ اللّٰـهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ**﴾ (الحجرات:۹) ''بے شک اللہ تعالیٰ انصاف کرنے والوں سے محبت کرتا ہے''۔ نیز ارشاد فرمایا: ﴿**وَاللّٰـهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ**﴾ (آل عمران:۱۴۸) ''اور اللہ تعالیٰ نیک لوگوں سے محبت کرتا ہے''۔ نیز ارشاد ربانی ہے: ﴿**وَلاَ تَسْتَوِى الْحَسَنَةُ وَلاَ السَّيِّئَةُ ادفَع بِالَّتِي هِيَ أَحسَنُ فَإِذَا الَّذِى بَينَكَ وَبَينَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ**﴾ (حم السجدہ:۳۴) ''نیکی اور بدی برابر نہیں ہوتی، برائی کو بھلائی سے دفع کرو پھر وہی جس کے اور تمہارے درمیان دشمنی ہے ایسا ہو جائے گا جیسے دلی دوست''۔ نیز ارشاد الٰہی ہے: ﴿**إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجرَهُم بِغَيرِ حِسَابٍ**﴾ (الزمر:۱۰) ''صبر کرنے والوں ہی کو ان کا پورا پورا بے شمار اجر دیا جاتا ہے''۔

اور حدیث پاک میں نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**مَا مِن شَيءٍ أَثقَلَ فِي مِيزَانِ العَبدِ المُؤمِنِ يَومَ القِيَامَةِ مِن حُسنِ الخُلُقِ، وَإِنَّ اللّٰهَ يُبغِضُ الفَاحِشَ البَذِيَّ**﴾ ''قیامت کے دن مومن بندہ کے میزان میں حسن خلق سے بڑھ کر کوئی نیکی وزن دار نہیں ہوگی، اور اللہ تعالیٰ فحش گو اور منہ پھٹ بدزبان سے بغض وعداوت رکھتا ہے''۔ (ترمذی، حسن صحیح)۔ اور ایک دوسری حدیث پاک میں نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے: ﴿**إِنَّ المُؤمِنَ لَيُدرِكُ بِحُسنِ خُلُقِهِ دَرَجَةَ الصَّائِمِ القَائِمِ**﴾ ''ایک مومن اپنے اچھے اخلاق کے ذریعہ روزہ دار وتہجد گزار کا درجہ حاصل کر لیتا ہے''۔

اس سے ثابت ہوا کہ اخلاق تربیت کے وسائل میں سے ایک وسیلہ اور نفس الوقت اس کا ہدف ونشانہ بھی ہے۔ لہٰذا ایک مسلمان پر لازم ہے کہ وہ اپنے نفس کی تربیت ان اخلاق کی بنیادوں پر کرے جن کی دعوت ہمارے دین حنیف نے دی ہے، مثلاً حلم وبردباری اور صبر ورضا، الفت ومحبت اور تواضع وخاکساری، کرم وسخاوت اور غمخواری، صدق وامانت، عدل

وانصاف اور ایذا کا تحمل، والدین کے ساتھ حسن سلوک اور صلہ رحمی، بڑوں کا اکرام واحترام اور چھوٹوں پر شفقت ومحبت ،محتاج وفقیر اور مظلوم کی مدد ونصرت، تا کہ ایک مسلم معاشرہ کا ہر فرد الفت ومحبت کی فضاؤں میں زندگی گزارے اور ان میں ایسے تعلقات استوار ہوں جن پر محبت وسعادت ،اعتماد واحترام اور ایک دوسرے کی شفقت وخبر گیری کی بالادستی وحکمرانی ہو۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ خامہ فرسا ہیں: ''پورا دین اسلام اخلاق کا نام ہے، لہٰذا جو شخص تم سے اخلاق میں بڑھا ہوا ہو وہ دین میں بھی ضرور بڑھا ہوا ہوگا''۔(مدارج السالکین۲/ ۳۰۷)۔

اورعلامہ ابن رجب رحمہ اللہ نبی کریم ﷺ کے قول: ﴿وَخَالِقِ النَّاسَ بِخُلُقٍ حَسَنٍ﴾ ''لوگوں کے ساتھ اچھے اخلاق کا برتاؤ وسلوک کرو'' کی شرح کرتے ہوئے رقمطراز ہیں: (یہ خصال تقویٰ میں سے ایک ہے اور اچھے اخلاق کے بغیر تقویٰ کی تکمیل نہیں ہوسکتی، اور اسے الگ سے بیان کی حاجت وضرورت تھی اس سبب سے مستقل بیان کیا گیا، کیونکہ بہت سارے لوگوں نے یہ سمجھ رکھا ہے کہ تقویٰ صرف حقوق اللہ کی ادائیگی کا نام ہے،حقوق العباد کی ادائیگی اس میں داخل نہیں !اور حقوق اللہ اور حقوق العباد دونوں کی ادائیگی نہایت ہی گراں ودشوار ہے،اس پر تو انبیاء وصدیقین جیسے کاملین ہی قدرت رکھتے ہیں''۔(جامع العلوم والحکم ۱/ ۴۵۴)۔

اور اے مسلمان بھائی! تا کہ آپ اپنے نفس کی اخلاقی تربیت کریں، درج ذیل ہدایات آپ کے پیش خدمت ہیں:

۱۔ مستقل مزاجی کے ساتھ حلم وبردباری:

ایک عظیم تربیتی بنیاد جس کی اس پہلو بلکہ ہر پہلو سے ہمارے نبی کریم ﷺ نے تعلیم دی ہے اور وہ یہ ہے کہ ہمارے ہر غلط سلوک وبرتاؤ یا بری عادت وصفت کی اصلاح بار بار کی کوششوں اور سچی جدوجہد سے کی جائے، کیونکہ ایک مسلمان کی جانب سے یہ بات ناپسندیدہ ہے کہ وہ

اس حجت و دلیل کے ساتھ اخلاق سیئہ سے چمٹا رہے کہ یہ عادات وخصائل اس کے اندر پائدار عادت، یا اس کی فطرت ثانیہ کی شکل اختیار کر چکے ہیں۔ اس لئے کہ ہر وہ انسان جس کے اندر یہ بری خصلت ہے اس کی اصلاح پر آمادہ نہ ہونے پر مذکورہ قول سے دلیل پکڑے، تو پھر اوامر ونواہی، عقل وارادہ اور اسلام میں ترغیب وترہیب کا کوئی فائدہ نہیں جس کی امید کی جائے۔

۲۔ اخلاق ذمیمہ سے قلب کی تطہیر:

یہ اسلام میں چوٹی کے اخلاق میں سے ایک ہے، کیونکہ ایک مسلمان جب دوسروں کو فائدہ اور وہ جس بھلائی وتعاون کا مستحق ہے نہ پہنچا سکے اور ان کے ساتھ حسن اخلاق اور آداب کا مظاہرہ نہ کر سکے، تو کیا یہ کم ہے کہ وہ اس حال میں صبح وشام کرے کہ اس کا قلب کینہ وکپٹ، حقد وحسد، غرور وتکبر اور تمام اخلاق ذمیمہ سے پاک وصاف ہو۔

۳۔ امتداد و تکمیل اخلاق:

بہت سارے مسلمان مزید اخلاق وآداب سے آراستہ ہونے یا اخلاق کے اعلیٰ درجہ وسطح تک پہنچنے سے اس دلیل وحجت سے باز رہتے ہیں کہ اس کے اخلاق کامل ہو چکے ہیں اور اس کے اوصاف وخصائل بلندیوں تک رسائی حاصل کر چکے ہیں! حالانکہ یہ بات علی الاطلاق غلط اور نادرست ہے، کیونکہ اسلام جن اخلاق واقدار کی دعوت دیتا ہے وہ بکثرت اور گہرائی وگیرائی لئے ہوئے ہیں کہ ان کا حصر نہ ہو سکے۔ اور اگر انسان اپنے آپ سے اور وہ بھی اس دور میں یہ دریافت کرے کہ وہ تمام اخلاق کا کامل ومکمل طور پر حامل ہو چکا ہے، تو اگر وہ سچا ہے تو اس کا جواب اسے شرمندگی سے دوچار کر دے گا۔

۴۔ اہلِ اخلاق حسنہ کی صحبت واختلاط:

ایک مسلمان کی اخلاقی تربیت نفس اور اپنے ناقص اخلاق کی تکمیل میں اثر انداز وسائل

میں سے ایک اخلاق حسنہ اور اونچے اوصاف واقدار کے حامل لوگوں کی صحبت واختلاط اختیار کرنا ہے، تاکہ ان کے اخلاق سے کسب فیض کر سکے اور ان کے آداب کا حامل بن سکے، کیونکہ انسان اپنی فطرت کے تحت اپنے ماحول ومعاشرہ اور میل جول کے لوگوں سے غیر محسوس اور نقالی کے طور پر اثرات اخذ کرتا ہے۔ اس بنا پر اسلام نے اس بات کی ترغیب دی ہے کہ ایک مسلمان اہلِ خیر وتقویٰ کی صحبت اختیار کرے اور انہیں عطر فروش سے تشبیہ دی ہے اور برے لوگوں کی صحبت سے تنبیہ کی ہے اور انہیں بھٹی پھونکنے والے لوہار سے تشبیہ دی ہے۔ لہٰذا اے مسلمان بھائی! تمہیں مبارک ہو!! تمہاری صحبت صالح ہو شاید تم کسی سے ایک اچھا اخلاق یا عمدہ عادت دیکھو جو تمہاری دنیا وآخرت کے لئے مفید ثابت ہو۔

۵۔ عام آداب کی رعایت:

ایک مسلمان کے لئے یہ مناسب نہیں کہ وہ ایسی بات کا ارتکاب کرے جو قواعد مروت کے خلاف، یا جسے لوگوں کے ساتھ تعامل کے آداب، یا ان کے ساتھ گفتگو، یا سلوک وبرتاؤ اور آداب عامہ کے جوانب میں سے کسی بھی جانب سے خواہ وہ معمولی ہی کیوں نہ ہو، جہالت و ناواقفیت شمار کیا جائے، مثلاً بلاضرورت آواز بلند کرنا، یا معمولی اسباب کی بنا پر ناراض ہونا، یا کثرت سے مذاق وگفتگو کرنا، یا نظامِ ڈرائیونگ کی مخالفت جیسے ایسی جگہ گاڑی کھڑی کرنا کہ جس سے دوسروں کو ایذا پہنچے، یا اس کے علاوہ دیگر معمولی اور چھوٹے امور خواہ اس کی نگاہ میں کتنا ہی معمولی ہو۔ اس لئے کہ ایک مہذب مسلمان سے یہ مطلوب ہے کہ وہ دوسروں کے مابین ممتاز قوت شامہ اور موقع کی نزاکت کو تاڑنے والی قوت احساس والا اور کثیر ادب وخوبیوں والا ہو۔ اور کیوں نہ ہو کہ وہ بلند اخلاق والی امت اسلامیہ کا نمائندہ ہے اور ایک ترقی یافتہ تہذیب وتمدن کے قیام کے لئے جدوجہد کر رہا ہے اور اس کے تمام حرکات وتصرفات اسلام

کے حساب میں ڈالے جاتے ہیں۔

چھٹا اسلوب: دعوتی امور میں شرکت:

دعوتی امور میں شرکت ذاتی تربیت کے اہم اسلوب میں سے ایک شمار ہوتا ہے، کیونکہ ایک مسلمان جو دعوت الی اللہ کے فرائض انجام دیتا ہے اور لوگوں کے ساتھ تعلیم وتربیت میں شریک ہوتا ہے، وہ اس کے بالمقابل اللہ اور اس کے رسول کے اوامر ماننے، دوسروں کے جذبات واحساسات کی قدر کرنے اور ان کے احوال کا اہتمام کرنے، ان کو معصیت وکفر کی حالت سے نکالنے کی اپنی رغبت وخواہش میں اپنے نفس کی بھی تربیت کرتا ہے اور اس کی پرورش ونشو ونما کرتا ہے اور وہ بہت سارے اخلاق واقدار کی تعلیم لیتا ہے جو وہ اس طریقہ کو اپنائے بغیر حاصل نہیں کرسکتا۔ اور یہ سب ایسے اغراض ومقاصد ہیں جو بذات خود مطلوب ہیں۔

دوسری طرف ایک مسلمان جب اسلامی ممالک کے تمام خطوں وحصوں میں مسلمانوں کے حالت زار اور ان کی اکثریت تمسکِ دین وعقیدہ میں جس خلل وکمزوری سے دوچار ہے اور اپنی عبادات اور اخلاق وسلوک کے التزام میں جس ضعف واضمحلال کا شکار ہے، کو دیکھ رہا ہوتا ہے، چنانچہ ایک مسلمان جب یہ صورت حال دیکھتا ہے تو امت اسلامیہ جس افسوس ناک حالات اور اندوہناک صورت حال تک پہنچ چکی ہے وہ ان پر حسرت والم کا شعور واحساس کرتا ہے۔

لیکن کیا اس صورت حال کی اصلاح کے لئے صرف حسرت ویاس اور غم والم کا اظہار ہی کافی ہے؟ ہم نہیں سمجھتے کہ جس کے قلب میں اپنے دین کے لئے خلوص اور اپنی امت کے لئے درد ہو، اتنی ہی بات پر اکتفا کر بیٹھے گا۔ ہمارا خیال ہے اور پوری توقع ہے کہ وہ ایسا کام کرے گا جس سے وہ اپنی ذمہ داری سے عہدہ برآ ہو سکے اور قیامت کے دن حساب سے نجات پالے۔

اس بنا پر کہ ایک مسلمان اس دعوتی تربیت کے ساتھ جڑ جائے اور اسے اپنانے کا حریص

بن جائے ، ہم کچھ مفید خطوط و معالم کا تذکرہ کرتے ہیں ،جن میں :

ا۔دعوت کے وجوب وفرضیت کا شعور واحساس:

یہ نہایت ہی اہم امر ہے، کیونکہ ایک مسلمان اپنے نفس کی دعوتی تربیت میں اپنے دعوت الی اللہ کے علم ومعرفت کے مطابق آگے بڑھتا رہتا ہے اور اسے اس اہم ذمہ داری کو اٹھانے کے بارے میں کوئی عذر یا کوئی اختیار نہیں ہوتا ، ہر شخص اپنے علم وحال اور کوشش کی حدتک آیات واحادیث پاک سے استدلال کرتے ہوئے انجام دیتا ہے۔ان میں سے ایک اللہ تعالیٰ کا یہ فرمان ہے: ﴿**قُل هٰذِهِ سَبِيلِي أدعُو إلىٰ اللّٰهِ عَلىٰ بَصِيرَةٍ أنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي** ﴾(یوسف: ۱۰۸)''آپ کہہ دیجئے میری راہ یہی ہے، میں اور میرے متبعین اللہ کی طرف بلا رہے ہیں، پورے یقین واعتماد کے ساتھ''۔ نیز نبی کریمﷺ کا یہ فرمان: ﴿**مَن دَعَا إلىٰ هُدًى كَانَ لَهُ مِنَ الأجرِ مِثلُ أجُورِ مَن تَبِعَهُ لايَنقُصُ ذٰلِكَ مِن أجُورِهِم شَيئاً** ﴾(مسلم) ''جو شخص کسی نیک کام وہدایت کی دعوت دے، وہ ان لوگوں کے اجر وثواب کے برابر اجر وثواب کا حق دار ہوگا جنہوں نے اس نیک کام پر عمل کیا اور اس سے ان کے اجر وثواب میں کچھ کمی بھی نہیں ہوگی''۔ نیز نبی اکرمﷺ کا یہ ارشاد: ﴿**مَن رَأىَ مِنكُم مُنكراً فَليُغَيِّرهُ بِيَدِهِ ، فَإن لَم يَستَطِع فَبِلِسَانِهِ ، فَإن لَم يَستَطِع فَبِقَلبِهِ، وَذٰلِكَ أضعَفُ الإيمَانِ** ﴾(مسلم)''تم میں سے جو شخص منکر بات دیکھے وہ اسے ہاتھ سے دور کرے، اگر اس کی استطاعت نہ ہوتو زبان سے ، اگر اس کی بھی طاقت نہ ہوتو قلب سے برا جانے ،لیکن یہ ایمان کا کمزورترین درجہ ہے''۔

۲۔ ہر موقع وفرصت کو دعوتی کام کے لئے استعمال کرنا:

دعوت الی اللہ کسی جگہ، زمانہ، حال یا مخصوص افراد کے ساتھ خاص نہیں ہے، بلکہ یہ ہر وقت

اور ہر زمانہ میں اور کسی بھی شرعی طریقہ واسلوب میں جو متوقع ہدف ونشانہ کا حامل ہو، دی جاسکتی ہے۔ اس لئے ایک مسلمان کے یہ درست نہیں ہے کہ وہ دعوت واصلاح کی کسی مناسبت، یا فرصت، یا ہنگامی حالت کو حقیر ومعمولی سمجھے۔ کون جانتا ہے، ممکن ہے اسی سبب ووجہ سے کوئی انسان ہدایت پا جائے جس کی داعی کو توقع اور وہم وگمان نہ ہو۔

۳۔ بلا ناغہ مسلسل دعوت کا کام انجام دیتے جانا:

کیونکہ دائمی تھوڑی سی چیز منقطع بہت ساری چیزوں سے افضل ہوتی ہے۔ اور دعوتی میدان میں یہ ایک بنیادی وکلیدی اصول ہے۔ اس سبب سے کہ بعض مسلمان اپنی حیات کے کچھ مخصوص مراحل میں خاص طور سے جوانی کے مرحلہ میں دعوت الی اللہ کے کاموں میں کافی سرگرمی دکھاتے ہیں، پھر رفتہ رفتہ کچھ ایام وسال کے بعد اس پر ضعف واضمحلال کے آثار نظر آنے لگتے ہیں، یہاں تک کہ وہ بہت سارے اسباب کے تحت بالکلیہ- اللہ نہ کرے- دعوت الی اللہ ترک دیتے ہیں۔ اس کے نمایاں اسباب میں سے ایک، جیسا کہ شروع میں بیان کیا جا چکا ہے، علمی وایمانی جوانب وپہلوؤں کے التزام میں ضعف وکمزوری دکھانا ہے۔

۴۔ دعوت کا باب نہایت وسیع ہے:

اس بارے میں ایک داعی کا اجتہاد کہ عصر حاضر کے کثیر وسائلِ دعوت میں جو اس کے میلان ورجحان، حال ووقت اور عمل ومحنت کے مناسب ہو، کس وسیلہ کو اپنائے، اس کے ذہانت وفطانت کی دلیل ہے۔ اس وجہ سے آپ دیکھیں گے کہ وہ ہر اس وسیلہ وذریعہ سے خواہ وہ کتنا ہی چھوٹا ہو اور اس موقع وفرصت سے خواہ کتنا ہی کم ہو، استفادہ کرتا ہے۔ اور خاص طور سے وہ دوسروں کے ساتھ حسنِ سلوک کا حریص ہوتا ہے۔ کیونکہ وہ جانتا ہے کہ یہ نفوس میں عظیم دعوتی اثر پیدا کرتا ہے۔ ان میں سے ایک حقیقی مسکراہٹ، اچھی بات، ہدیہ، کتاب، کیسیٹ، درس

ولیکچر کی پیش کشی اور ان کے علاوہ دیگر وسائل وذرائع ہیں جو بہت زیادہ ہیں۔

۵۔ دوسروں کے ساتھ تعاون:

ایک داعی جب دعوت کی نشر واشاعت میں محنت وکوشش کرتا ہے اور مقدور بھر اپنے علم ووقت اور مال کو خرچ کرتے ہوئے اصلاح ورہنمائی کے فرائض کو ادا کرتا ہے، تو یہ ایک عظیم عمل اور قابلِ قدر نشاط وسرگرمی ہے۔لیکن اس کی تاثیر ونفع بخشی اس وقت دوبالا ہو جاتی ہے جب اس کی اس دعوت ومحنت میں دوسروں کی جدوجہد بھی شامل ہو جائے۔ اور یہ اور وہ لوگ مل کر اس فرض کی ادائیگی پر تعاون کریں جو آج اجتماعی کوششوں اور اداری پروگراموں کا سخت محتاج ہے تاکہ یہ سب اعمال مل کر پورے غلبہ وکامیابی کے ساتھ مطلوبہ ہدف ونشانہ حاصل کر سکے۔

ساتواں اسلوب: مجاہدۂ نفس:

یہ نہایت اہم ہے کہ ایک مسلمان اپنی ذات کی کامل تربیت کے حصول کی دشواری کا ادراک کر سکے، مگر یہ کہ وہ تمام لازمی شرائط کو اپنے اندر جمع کر لے اور اپنے مناسبِ حالات تیار کر لے۔ اور ان میں سب سے بڑا فرائض کی ادائیگی اور ترک معاصی پر نفس کا مجاہدہ اور اسے سنن وطاعات اور اللہ سے تعلق ودار آخرت کی طلب کا عادی بنانا ہے۔ اس کی وجہ یہ کہ اللہ کے اوامر پر استقامت اور کمال تزکیہ کے حصول کا طریقہ مصیبت وتکلیف اور مشقت وپریشانی سے گھرا ہوا ہے اور اس راستہ پر دشمن ایک مسلمان کو ضرر پہنچانے وگمراہ کرنے کے لئے گھات لگائے بیٹھے ہوئے ہیں اور یہ دشمن ہیں ہوائے نفس، شیطان، نفس امارہ اور ہر وہ چیز جس کا پیچھا ومقابلہ کرنے اور ان کو ذلیل ورسوا کرنے میں اپنا محنت کا بازو نہ اٹھایا گیا ہو، تو وہ بڑی سہولت وآسانی کے ساتھ ان کے سامنے تربیت کے اول مرحلہ ہی میں شکست کھا جائے گا، یا تربیت کے سفر میں گامزن رہنے یا اس کے اعلیٰ درجوں تک رسائی حاصل کرنے میں کمزور پڑ جائے گا۔

اس موضوع سے متعلق درج ذیل ہدایات ہیں جن کی یاددہانی نہایت ہی مناسب ہے:

۱۔صبر واستقامت مجاہدہ کا زادراہ ہے:

اورصبر ہی تربیت کے استمرار وتقویت کا سبب ہے اور جو آدمی صبر جیسی نعمت سے محروم ہو جائے وہ کبھی بھی مجاہدۂ نفس میں کامیاب وکامراں نہیں ہوسکتا۔اور جتنا زیادہ نفس کا تعلق لذات وخواہشات کے ساتھ بڑھتا جائے گا اتنا ہی بندہ کو مجاہدۂ نفس پر صبر اوراس کی عداوت ودشمنی پر غلبہ پانے کی حاجت وضرورت بڑھتی جائے گی، یہاں تک کہ وہ نفس کو اللہ تعالیٰ کی اطاعت وفرماں برداری کا تابع وغلام بنادے۔

۲۔ارادہ کا مصدروسرچشمہ:

خارجی احوال وظروف کے ساتھ ایک انسان کا تعلقِ خاطراوران پراعتماد مال کی زیادتی و کثرت کے سبب، یا شادی کے باعث یا مستقبل کی طویل امیدوں کے انتظار کی وجہ کہ یہ چیزیں اسے آہنی ارادہ اوراس کے تربیت نفس کے لئے بلامحنت ومشقت کے داخلی واندرونی قوت دافعہ عطا کرے گا، غلط خیال اور شیطانی حیلہ ہے! البتہ مجاہدہ اور حقیقی ارادہ نفس وذات کے اندر سے اور انسان کے حرص اوراس کی مناسب قیمت ادا کرنے سے آتا ہے۔ارشاد ربانی ہے: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾ (العنکبوت:۶۹) ''اور جولوگ ہماری راہ میں مشقتیں برداشت کرتے ہیں ہم انہیں اپنی راہیں ضرور دکھادیں گے،یقیناً اللہ تعالیٰ نیکوکاروں کا ساتھی ہے''۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ رقمطراز ہیں: ''اللہ تعالیٰ نے ہدایت کو جہاد پر معلق کیا ہے، لہٰذا سب سے کامل انسان وہی ہے جو سب سے بڑا جہاد کرنے والا ہو اور جہاد میں سب سے بڑا فرض نفس وخواہشات، شیطان اور دنیا سے جہاد کرنا ہے۔اس لئے جو شخص اللہ کی رضا کے لئے ان

چاروں سے جہاد کرے اللہ تعالیٰ اسے اپنی رضا وخوشنودی کے راستوں کی جو اسے جنت تک لے جائے ہدایت دے دیتا ہے۔ اور جو جہاد ترک کردے اس سے اس قدر ہدایت کا دامن چھوٹ جائے گا جتنا اس نے جہاد کو اپنی زندگی سے معطل کر رکھا ہے''۔

۳۔مجاہدہ میں تدریج کا خیال رکھنا:

نفس میں اصلاح وتبدیلی صبح وشام کے درمیان نہیں آجاتی بلکہ یہ رفتہ رفتہ اور آہستگی کے ساتھ تدریجاً آتی ہے۔اور وہ یوں کہ انسان ہمارے بیان کردہ اسلوب میں ان اعمال صالحہ اور مفید پروگراموں میں اتنے ہی کو اپنائے جن کی وہ روزمرہ استطاعت رکھتا ہے، اور بلاشبہ چند ہی ایام اور محنت وکوشش کے صَرف اور اللہ کے لئے خلوص نیت کے ساتھ وہ اپنے نفس کو پائے گا کہ وہ ان باتوں سے اپنا تعلق جوڑنے لگا ہے اور اس کی مزید رغبت کر رہا ہے۔ اس وقت اس پر سوائے اس کے مزید کچھ واجب نہیں کہ وہ ایک نئی چیز کا اضافہ کرے اور اس پر ثابت قدم رہے۔اور باذن اللہ وہ اپنے نفس وایمان اور اخلاق میں تغیر اور مثبت ترقی ملاحظہ کرے گا۔اس ایمانی حقیقت کی تاکید میں ایک حدیث قدسی بھی آئی ہے جس میں نبی کریم ﷺ نے اپنے رب کی بات روایت کی کہ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ﴿**مَن تَقَرَّبَ إِلَيَّ شِبراً تَقَرَّبتُ إِلَيهِ ذِرَاعاً وَمَن تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعاً تَقَرَّبتُ إِلَيهِ بَاعاً، وَمَن جَاءَ نِي يَمشِي اَتَيتُهُ هَروَلَةً**﴾ (بخاری ومسلم) ''جو بندہ میری طرف ایک بالشت بڑھ کر آئے میں اس کی جانب ایک ہاتھ لپکتا ہوں، اور جو آدمی میری طرف ایک ہاتھ بڑھے میں اس کی جانب دو ہاتھ لپکتا ہوں، اور جو شخص میری طرف چل کر آئے میں اس کی جانب دوڑ کر آتا ہوں''۔اور جیسا کہ کہاوت ہے: ''ایک قدم بڑھا دینے سے ہی ایک ہزار میل کی مسافت طئے کرنے کا آغاز ہو جاتا ہے''۔ لہٰذا اے مسلمان بھائی! آپ کو صرف اتنا ہی تو کرنا ہے کہ آپ آج ہی

اپنی مقدور بھر اعمال صالحہ کا آغاز کردیں، باذن اللہ جلد ہی اس کے اثرات ونتائج سے آپ خوش ہوجائیں گے۔

۴۔ بیدار مغزی کا ثبوت دیجئے:

بلا ناغہ اور نیک عمل سے توقف کئے بغیر نفس وخواہشات اور شیطان کے ساتھ مجاہدہ کے استمرار وتسلسل میں ایک لحظہ ہی کافی ہے، کیونکہ بسا اوقات غفلت اور ترک خواہ چند لمحوں ہی کے لئے کیوں نہ ہو، ایسے عظیم ایمانی وتربیتی خسارہ کا موجب ہوتا ہے کہ کبھی اس کا بدل مطلقاً ممکن نہیں ہوتا اور کبھی بعد میں اس کا بدل ممکن ہوتا ہے لیکن بڑی مشقت ودشواری کے ساتھ۔ حکیم ترمذی رحمہ اللہ فرماتے ہیں: ''اگر تم نفس کو ریاضت اور نیکی کا عادی بنانے سے غفلت برتو، تو تم اس بات سے مامون وبے خوف نہیں رہ سکتے کہ تم نفس کی بعض بری عادت کی طرف مائل ہوجاؤ، جب تک اس کی شہوات زندہ اور خواہشات بیدار ہیں''۔ (اسرار مجاہدۃ النفس للحکیم الترمذی ص ۸۴)۔

علامہ حافظ ابن حجر رحمہ اللہ رقمطراز ہیں: ''مجاہدۂ نفس کی تکمیل یہ ہے کہ انسان اپنے تمام احوال میں بیدار مغز رہے، کیونکہ جب وہ اس سے غافل ہوگا تو شیطان اسے اور اس کے نفس کو ممنوع وحرام کاموں میں پھانسنے کے لئے ورغلائے گا''۔ (فتح الباری ۱۱/ ۳۳۸)۔

۵۔ مجاہدۂ نفس سے فائدہ کون اٹھاتا ہے؟

مسلمان بھائیو وبہنو! کیا آپ کو ہمیں یہ بتانے کی ضرورت ہے کہ اس کے فائدہ اٹھانے والوں میں آپ ہی اول اور آخر ہیں، اگر آپ نے اپنے نفس اور اپنے دشمنوں سے جہاد ومجاہدہ کرلیا؟ اور آپ کے نیک اعمال کا اجر وثواب آپ ہی کے نامہ اعمال کے ترازو میں ہوگا دوسرے کے ترازو میں نہیں؟ اگر اس کا متوقع جواب اثبات میں ہے، تو پھر یہ غفلت ولا پرواہی سستی وکاہلی اور آسائش وراحت اور ناز ونعمت کے داعیہ کے آگے سرِ تسلیم خم کیوں؟ کیا آپ

اس حقیقت کا علم نہیں رکھتے کہ یہ زندگی چند ایام کی زندگی ہے، پھر ساری مشقت و پریشانی ختم ہو جائے گی، اور آپ ان شاء اللہ اجر وثواب سے شادکام ہوں گے۔

آٹھواں اسلوب: اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں صدقِ دعا والتجا:

اس پہلو کا شمار ذاتی تربیت کے اہم پہلوؤں میں ہوتا ہے، کیونکہ جب تک ایک مسلمان اللہ تعالیٰ کی جانب سے نصرت وتوفیق اور اپنے مقصود ومراد کے حصول اور مکروہ وناپسندیدہ باتوں کے دفاع میں عزم وہمت نہیں پائے گا تو اپنی ذکاوت وفراست اور اپنی طاقت وقوت کے بل بوتے پر خواہ وہ کتنا ہی طاقتور ہو اپنے نفس کی تربیت نہیں کر سکے گا۔

اور دعا تربیت کے وسائل وذرائع میں ایک نہایت اہم وسیلہ ہے، کیونکہ دعا ایک بندہ کی جانب سے اپنے آقا ومولیٰ کے سامنے اپنی عاجزی ودرماندگی اور اپنے فقر ومحتاجگی اور قوت وطاقت کی براءت کا اعتراف ہے، نیز اس بات کا بھی اعتراف ہے کہ ساری قوت وطاقت وانعام کا سرچشمہ صرف اور صرف اللہ تعالیٰ ہی کی ذات ہے۔

ارشاد ربانی ہے: ﴿**وَقَالَ رَبُّكُمُ ادعُونِی اَستَجِب لَكُم**﴾ (المؤمن:۶۰) ''اور تمہارے رب کا فرمان (سرزد ہو چکا) ہے کہ مجھ سے دعا کرو میں تمہاری دعاؤں کو قبول کروں گا''۔

اور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**مَا عَلىٰ الاَرضِ مُسلِمٌ يَدعُو اللّٰهَ تَعَالىٰ بِدَعوَةٍ إلَّا آتَاهُ اللّٰهُ إيَّاهَا، اَو صَرَفَ عَنهُ مِنَ السُّوءِ مِثلَهَا مَا لَم يَدعُ بِإثمٍ اَو قَطِيعَةِ رَحِمٍ، فَقَالَ رَجُلٌ مِنَ القَومِ: إذَن نُكثِرُ! قَالَ: اَللّٰهُ اَكثَرُ!! وفی روایة اخریٰ وزاد فیه: اَو يَدَّخِرُ لَهُ مِنَ الاَجرِ مِثلَهَا**﴾ ''روئے زمین کا کوئی مسلمان اللہ تعالیٰ سے کوئی دعا نہیں مانگتا، مگر اللہ تعالیٰ اسے وہ عطا فرما دیتا ہے، یا اس جیسی کوئی بلا وآفت اس سے ٹال دیتا ہے جب تک وہ کسی گناہ یا قطع رحمی کی دعا نہ کرے''۔ یہ سن کر قوم کے ایک

آدمی نے کہا: ''تب تو ہم بہت زیادہ دعا کریں گے۔ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''اللہ تعالیٰ اس سے بھی زیادہ دینے والا ہے''۔ اور ایک دوسری روایت میں یہ اضافہ ہے: ''یا اللہ تعالیٰ اس کے مثل اجر وثواب اس کے لئے ذخیرہ کردے گا''۔ (اسے امام ترمذی نے روایت کیا اور فرمایا: یہ حدیث حسن صحیح ہے)۔

نیز حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿اَعجزُ النَّاسِ مَن عَجزَ عَنِ الدُّعَاءِ﴾ ''سب سے عاجز انسان وہ شخص ہے جو دعا مانگنے میں عاجز رہ جائے''۔ (صحیح الجامع: ۱۰۴۴)۔

نیز ایک دوسری حدیث میں یوں آیا ہے: ﴿وَلاَ یَرُدُّ القَدرَ إلَّا الدُّعَاءُ﴾ ''اور دعا ومناجات ہی تقدیر الٰہی کو پلٹ سکتی ہے''۔ (اسے امام احمد نے روایت کیا ہے اور علامہ البانی نے صحیح الجامع: (۷۶۸۷) میں حسن قرار دیا ہے)۔

اور نبی کریم ﷺ نے دعا اور تزکیہ کے مابین تعلق کو صراحت کے ساتھ بیان فرمایا ہے اور یہ ذکر کیا ہے کہ دعا تربیت وتزکیہ کے وسائل میں سے ایک نہایت اہم وسیلہ ہے، آپ ﷺ نے فرمایا: ﴿إنَّ الإیمَانَ لَیَخلَقُ فِی جَوفِ اَحَدِکُم کَمَا یَخلَقُ الثَّوبُ، فَسَلُوا اللّٰهَ تَعَالیٰ اَن یُجَدِّدَ الإیمَانَ فِی قُلُوبِکُم﴾ ''ایمان تمہارے قلوب میں اسی طرح بوسیدہ ہوجاتا ہے جیسے تمہارا کپڑا بوسیدہ ہوتا ہے، لہٰذا اللہ تعالیٰ سے اس بات کا سوال کیا کرو کہ وہ تمہارے قلوب میں ایمان کی تجدید کردیا کرے''۔ (اسے امام طبرانی نے روایت کیا ہے اور اس کی سند حسن ہے)۔

اور ابوالدرداء رضی اللہ عنہ سے روایت ہے انہوں نے کہا: ''اُدعُ اللّٰهَ فِی یَومِ سَرَّائِکَ لَعَلَّهُ اَن یَستَجِیبَ لَکَ فِی یَومِ ضَرَّائِکَ'' ''تم اللہ تعالیٰ سے اپنے ایام خوش حالی میں دعا کیا کرو، شاید تمہاری بدحالی کے ایام میں وہ تمہاری دعا سن لے''۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ رقم طراز ہیں: ''اور نہیں ہلاک کیا گیا جس قوم کو ہلاک کیا گیا مگر اس

اس کے اللہ کی شکرگزاری کے ضیاع اور اللہ کی محتاجگی اوراس سے دعاوفریاد سے غفلت واہمال کے سبب، اورنہیں کامیاب وکامراں ہوا جو کامیاب ہوامگراس کی شکرگزاری کا شیوہ اپنانے اوراللہ کی سچی محتاجگی اوراس سے صدق دعاوفریاد کے سبب''۔(الفوائد:ص۲۳۳،تحقیق عامر یاسین)۔

اوراس وسیلہ کے خاطر خواہ ثمرات وفوائد پانے کے لئے نہایت ضروری ہے کہ ہم درج ذیل معالم وخطوط سے غفلت ولاپرواہی نہ برتیں:

۱۔دعا کی حاجت وضرورت:

اللہ تعالی کی نصرت، خیر کی توفیق، صراط مستقیم کی ہدایت، موت تک اس پر ثابت قدمی اور اس کے بغیر دنیا وآخرت کے خسارہ ونقصان، کی ایک مسلمان کی انتہائی حاجت وضرورت کا شعور واحساس، اس جانب میں نہایت ضروری امر ہےاور یہ اس سے اس امر کا مطالبہ کرتا ہے کہ اس کا یہ شعور واحساس اس کی عمر کے ہر پل ولحظہ اوراس کی زندگی کے ہر سانس کے ساتھ اتنا قوی ومضبوط ہوجائے کہ یہ سب اسے ہر اس موقع وفرصت اور لحظہ کو غنیمت جاننے پر آمادہ کردے جس میں دعا کی قبولیت کی امید ہوتی ہے، کثرت دعا اور اللہ سے الحاح وزاری کے ساتھ کہ وہ اس کے تزکیہ نفس اور ایمان واحسان کے اعلی درجات تک وصول کے مقصد کو پورا کردے اور ہمیشہ وہر وقت اس کے ذکر وشکر اور حسن عبادت پر اس کی اعانت فرمائے۔

۲۔قبولیتِ دعا کے اوقات وجگہیں:

دعا کا بہترین وقت آخری تہائی رات، پانچوں نمازوں کے اذان کے وقت، اذان واقامت کے درمیان اور بحالت سجدہ ہے۔اورافضل ترین جگہوں میں کعبہ شریف کے اندر، حِجر کعبہ، صفاومروہ کی پہاڑی پر اور سفر کے وقت دعا ہے۔

۳۔دعا کے شرائط:

تا کہ اللہ تعالیٰ ہماری دعائیں قبول فرمائے یہ نہایت اہمیت کا حامل ہے کہ ہم دعا کے شرائط اور آداب کو لازماً پورے کریں اور قبولیت کے موانع سے خود کو فارغ کرلیں۔ مثلاً حلال و پاک کھانا، عزم مصمم سوال، دعا میں اللہ تعالیٰ کے سامنے اپنے ضعف وتذلل کا اظہار، حضورِ قلب، گناہوں سے توبہ، اور صرف اللہ ہی سے رغبت وخوف وغیرہ۔

۴۔ دعا کی قبولیت کے لئے جلدی نہ مچائیں:

کبھی مسلمان بکثرت اللہ تعالیٰ سے دعا والحاح وزاری کرتا ہے لیکن اس کا مطلوب جلد حاصل نہیں ہوتا، تو کیا یہ بات اس کے لئے یہ جواز بن سکتی ہے کہ وہ مایوس ہوکر دعا کرنا ہی ترک دے؟ اگر اس نے ایسا کیا تو شیطان اسے شکست دینے، اس عظیم عبادت کے ثمرات اور اس مضبوط ہتھیار کو جسے ہزیمت سے دوچار نہیں کیا جاسکتا، استعمال کرنے سے ناکام بنانے میں کامیاب ہوگیا۔ البتہ اس پر برابر دعا کرتے رہنا ضروری ہے تاکہ وہ تین باتوں میں سے کسی ایک سے فائدہ اٹھائے: یا تو اللہ تعالیٰ اس کی حاجت کو پوری کردے اور اس کی مانگ عطا کردے، یا اس سے اس جیسی بلا وآفت ٹال دے، یا اس کے لئے اس دعا کا اجروثواب جمع رکھے۔ پھر تو وہ دنیوی واخروی دونوں نعمتوں سے مالا مال ہوگیا۔

۵۔ صرف خود کو نہیں، دوسروں کو بھی فائدہ پہنچایئے:

اپنے لئے ہدایت واستقامت کی دعاؤں میں اپنے اہل وعیال، عزیز واقارب، دعاۃ ومجاہدین اور تمام مسلمانوں کو نہ بھولئے۔ اس سے آپ ایک ساتھ اپنے لئے اور دوسروں کے لئے دعا کا اجروثواب کمالیں گے، جیسا کہ حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿**ما من عبد مسلم يدعو لاخيه بظهر الغيب إلا قال الملك: ولك بمثل**﴾ ''جومسلمان بندہ اپنے بھائی کے لئے اس کے پیٹھ پیچھے دعا کرتا ہے، تو فرشتہ کہتا ہے: اور تجھے بھی اس کے مثل ملے گا''۔ (مسلم)۔

ذاتی تربیت کے ثمرات ونتائج:

اس بحث کے اخیر میں مناسب سمجھا گیا کہ بعض ان اچھے آثار ونتائج اور پکے ہوئے ثمرات کو بیان کردیا جائے جو ایک مسلمان (مرد وعورت) چنتا ہے جب وہ اپنے نفس کی ہمہ جہت وکامل تربیت کرتا ہے، شاید یہ ہم سب کے لئے اپنے نفس کی تربیت واصلاح اورتزکیہ کے لئے مہمیز کا کام کرے۔اوروہ ثمرات ونتائج درج ذیل ہیں:

ا۔اللہ تعالیٰ کی رضا اور جنت کی کامیابی:

ایک مسلمان جب اپنے نفس کی واجبات کی ادائیگی اور معاصی سے دوری اختیار کرتے ہوئے ہمہ جہت کامل تربیت کرتا ہے،تو بلاشبہ وہ اپنے رب سبحانہ وتعالیٰ کی رضا حاصل کرتا ہے اوراس کے بعد پھر جنت کی کامیابی سے کامیاب وکامراں ہوتا ہے جوکہ ہرمسلمان کی آخرت میں طمع اوراس کی خوشی وسعادت کی غایت ہے،ارشادربانی ہے: ﴿**وَمَن عَمِلَ صَالِحاً مِن ذَكَرٍ اَو اُنثَىٰ وَهُوَ مُؤمِنٌ فَاُولٰئِکَ يَدخُلُونَ الجَنَّةَ يُرزَقُونَ فِيهَا بِغَيرِ حِسَابٍ**﴾ (المومن:۴۰)''اورجس نے نیکی کی ہےخواہ وہ مرد ہو یاعورت اوروہ ایمان والا ہوتو یہ لوگ جنت میں جائیں گے اور وہاں بے شمار روزی پائیں گے''۔ نیز ارشادالٰہی ہے: ﴿**إنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَانَت لَهُم جَنَّاتُ الفِردَوسِ نُزُلاً**﴾ (الکہف:۱۰۷)''جولوگ ایمان لائے اورانہوں نے کام بھی اچھے کئے یقیناً ان کے لئے الفردوس کے باغات کی مہمانی ہے''۔ اوراس کے اپنے نفس کی تربیت وتزکیہ کے مطابق جنت میں اس کا درجہ ہوگا،ارشادباری تعالیٰ ہے: ﴿**وَمَن يَاتِهِ مُؤمِناً قَد عَمِلَ الصَّالِحَاتِ فَأُولٰئِکَ لَهُمُ الدَّرَجَات العُلىٰ**﴾ (طہ:۷۵)''اورجوبھی اس کے پاس ایمان کی حالت میں حاضرہوگا اوراس نے اعمال بھی نیک کئے ہوں گے،اس کے لئے بلند وبالا

درجے ہوں گے''۔

۲۔اطمینان وسکون اور سعادت وکامرانی:

میرے خیال میں ایک بھی انسان ایسا نہیں ملے گا جو اپنی قلبی سعادت اور دلی سکون واطمینان نہ چاہتا ہو، لیکن اکثریت اس کے حصول کے طریق میں خطا کرتی ہے اور اس کی گلیوں میں بھٹک کر رہ جاتی ہے۔ کیونکہ وہ اسے کھانے پینے ،شہوتوں اور گناہوں کی لذتوں میں اور یہاں وہاں ڈھونڈھتی ہے،جس کے نتیجہ میں اسے تھوڑی دیر کی خوشی وسعادت اور وہ بھی دکھاوا اورحقیر شکل میں حاصل ہوتی ہے، چنانچہ اس کڑی محنت وکدوکاوش اور لمبی عمر کے ضیاع کے بعد اسے سوائے زیادہ حزن وملال اور بڑی حسرت ویاس کے کچھ نہیں حاصل ہوتا۔

اے جویائے سکون وسعادت! ہم تمہیں اس کی رہنمائی کرتے ہیں اور تمہارے لئے راستہ کو مختصر اور تمہاری محنت ووقت کو بچاتے ہیں۔یقیناً یہ رجوع الی اللہ اور اس کے تمام اوامر کی پابندی واس کے تمام نواہی سے اجتناب کرکے تربیت نفس کا طریقہ ہے،ارشاد ربانی ہے:﴿**مَن عَمِلَ صَالِحاً مِن ذَكَرٍ اَو اُنثیٰ وَهُوَ مُؤمِنٌ فَلَنُحيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً**﴾(النحل:۹۷)''جو شخص نیک عمل کرے- مرد ہو یا عورت -لیکن باایمان ہو،تو ہم اسے یقیناً نہایت بہتر زندگی عطا فرمائیں گے''۔ نیز ارشاد الٰہی ہے:﴿**وَمَن اَعرَضَ عَن ذِكرِی فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكاً وَنَحشُرُهُ يَومَ القِيَامَةِ اَعمیٰ**﴾(طہ:۱۲۴)''اور(ہاں)جو میری یاد سے روگردانی کرے گا اس کی زندگی تنگی میں رہے گی اور ہم اسے بروز قیامت اندھا کرکے اٹھائیں گے''۔

امام ابن کثیر رحمہ اللہ رقمطراز ہیں:''یعنی اس کی دنیوی زندگی تنگی میں رہے گی ، نہ اسے سکون نصیب ہوگا اور نہ شرح صدر ، بلکہ اس کا سینہ اس کی گمراہی کے سبب نہایت تنگ ہوگا ، گرچہ بظاہر وہ نازونعم میں ہو اور جو چاہے پہنے، جو چاہے کھائے اور جہاں چاہے رہے''۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ خامہ فرسا ہیں: ''زندگی تو صرف ان عاشقوں کی ہے جن کی آنکھیں اپنے محبوب سے ٹھنڈی ہوتی ہیں اور جن کے نفوس اس کے یہاں سکون حاصل کرتے ہیں اور جن کے قلوب اس سے اطمینان کی حلاوت پاتے ہیں اور جس کی قربت سے وہ انسیت کی لذت کام ہوتے ہیں اور جس کی محبت سے لطف ونعمت اندوز ہوتے ہیں۔ چنانچہ قلب میں ایک خاص قسم کی بھوک ہوتی ہے جسے اللہ تعالیٰ کی محبت، اس کی توجہ اور اس کا دھیان ورجوع ہی مٹا سکتا ہے۔ اور اس کی پریشانی و پراگندگی کی اصلاح اس کے بغیر ممکن ہی نہیں۔ اور جو شخص اس پر کامیابی حاصل نہ کر سکے اس کی پوری زندگی حسرت وغم اور مصائب وآلام سے پُر رہے گی''۔ (مدارج السالکین: ۳/۲۷۴)۔

۳۔محبت وقبولیت:

اور یہ ایک مومن کے لئے دنیوی بشارت وخوش خبری ہے جیسا کہ حدیث پاک میں آیا ہے۔ لہٰذا جس نے اپنے نفس کی اصلاح کی اور اس کی ایمان وتقویٰ اور عمل صالح پر تربیت کی وہ اللہ تعالیٰ کی محبت حاصل کرے گا اور یہ انعام کتنا بڑا ہے!! ﴿**وَلاَيَزَالُ عَبدِى يَتَقَرَّبُ إِلَىَّ بِالنَّوَافِلِ حَتّٰى اُحِبَّهُ**﴾ ''بندہ نوافل کے ذریعہ میرا تقرب حاصل کرتا رہتا ہے یہاں تک کہ میں اسے اپنا محبوب بنا لیتا ہوں''۔ اور پھر وہ بلاقصد واختیار لوگوں کی محبت وعزت حاصل کر لیتا ہے، اور اللہ تعالیٰ ان کے دلوں میں اس کی بڑ یرائی وقبولیت ڈال دیتا ہے، ارشاد ربانی ہے: ﴿**إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجعَلُ لَهُمُ الرَّحمٰنُ وُدًّا**﴾ (مریم: ۹۶) ''بے شک جو ایمان لائے ہیں اور جنہوں نے شائستہ اعمال کئے ہیں ان کے لئے اللہ رحمٰن محبت پیدا کر دے گا''۔ اور حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿**إِذَا اَحَبَّ اللّٰهُ تَعَالىٰ العَبدُ نَادىٰ جِبرِيلُ إِنَّ اللّٰهَ تَعَالىٰ يُحِبُّ فُلاَناً فَاَحِبهُ، فَيُحِبُّهُ جِبرِيلُ، فُيُنَادِى**

فِی اَھلِ السَّمَاءِ إِنَّ اللّٰہَ یُحِبُّ فُلاَناً فَاَحِبُوہُ، فَیُحِبُّہُ اَھلُ السَّمَاءِ، ثُمَّ یُوضَعُ لَہُ القُبُولُ فِی الاَرض ﴾ (متفق علیہ) ''جب اللہ تعالیٰ کسی بندہ سے محبت کرتا ہے تو جبریل کو بلاتا ہے اور کہتا ہے کہ اللہ تعالیٰ فلاں بندہ سے محبت کرتا ہے، لہٰذا تم بھی اس سے محبت کرو، چنانچہ جبریل اس سے محبت کرنے لگتا ہے، پھر وہ اہل آسمان میں یہ آواز لگاتا ہے کہ اللہ تعالیٰ فلاں بندہ سے محبت کرتا ہے، اس لئے تم بھی اس سے محبت کرو، تو اہل آسمان اس سے محبت کرنے لگتے ہیں، پھر اس کے لئے زمین میں قبولیت رکھ دی جاتی ہے''۔ (متفق علیہ) یعنی قلوب میں اس کی محبت پیدا کر دی جاتی ہے اور اس کے لئے دلوں میں رعب وخوف بود یا جاتا ہے، چنانچہ قلوب اس سے محبت کرتے ہیں اور نفوس اس سے راضی ہوتے ہیں بلا کسی دوستی اور بلا ان اسباب کے اختیار کئے جن سے قلوب کی محبت کمائی جاتی ہے خواہ وہ قرابت ہو یا دوستی ہو یا بناوٹی، نیز اس کے دشمنوں کے قلوب میں اس کی عظمت شان اور اس کی قدر ومنزلت کی عزت افزائی میں اس کا رعب اور اس کی ہیبت ڈال دی جاتی ہے۔ (فیض القدیر للمناوی ۲/۲۰۴)۔

۴۔ کامیابی ودرستگی:

اللہ کے حکم پر ثابت قدمی اور اس کی طاعت پر نفس کی تربیت کے ثمرات وبرکات میں سے ایک یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ ایسے آدمی کی عام زندگی میں کامیابی وتوفیق لکھ دیتا ہے، مثلاً خواہ اس کا تعلق اس کی اہلیہ اور بچوں اور گھر والوں سے ہو، یا اس کے ہمسایوں، قرابت داروں اور دوستوں سے ہو، یا اس کا تعلق اس کے تجارتی اسکیموں اور علمی تحقیقات سے ہو، یا کوئی اور ہو، لیکن اس کا معنیٰ ہرگز یہ نہیں ہے کہ اس انسان کی زندگی نقص وعیب سے، یا دنیوی معاملات میں نقصان وخسارہ سے، یا گناہوں میں ملوث ہونے سے خالی ہو۔ ایسا ہرگز نہیں، وہ ایک انسان ہے، وہ ان تمام عیب، کوتاہی، غفلت اور بھول چوک سے دوچار ہوتا ہے جن سے دوسرے

انسان دوچار ہوتے ہیں، البتہ اس انسان کی زندگی میں جس پر توفیق وصواب غالب ہے اور اس انسان کی زندگی میں جس پر ناکامی اورکوتاہی غالب ہے، بڑافرق ہے!

۵۔ ہرشرومکروہ سے حفاظت:

کیونکہ اللہ تعالیٰ اس جیسے مسلمان کو دنیا کے عام مصائب وآفات، زندگی کی مکروہات، شیاطین انس وجن کے برے ارادوں حتیٰ کہ تمام حیوانات وموذی جانوروں سے محفوظ رکھتا ہے۔

علامہ ابن قیم رحمہ اللہ آیت: ﴿إِنَّ اللّٰـهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا﴾ (الحج:۳۸) ''اللہ تعالیٰ مومنوں کی طرف سے دفاع کرتا ہے'' کے تحت رقم طراز ہیں:

''تو اللہ تعالیٰ کا ان کے لئے دفاع ومدافعت ان کے ایمان کی قوت وکمال اور ایمان کے مادہ وذکر کے ذریعہ اس کی قوت کے مطابق ہوتی ہے، لہٰذا جوشخص سب سے زیادہ کامل ایمان والا اور سب سے بڑھ کر ذکر کرنے والا ہو، اس کے لئے اللہ تعالیٰ کا دفاع ومدافعت زیادہ بڑی ہوگی''۔ (الوابل الصیب لابن القیم ص۷۰)۔

اسی طرح اللہ تعالیٰ اس متقی اور تربیت یافتہ آدمی کے کان، آنکھ اور اس کی دماغی وجسمانی قوت وطاقت کی حفاظت اس کی جوانی اور بڑھاپے دونوں حالتوں میں کرتا ہے۔

ابن رجب رحمہ اللہ خامہ فرسا ہیں: ''جوشخص اپنے بچپن اور جوانی میں اللہ تعالیٰ کے احکام کی حفاظت کرتا ہے، اللہ تعالیٰ بڑھاپے اور ضعف قوت کی حالت میں اس کی حفاظت کرتا ہے اور اسے اپنے سمع وبصر اور طاقت وقوت اور عقل سے زیادہ فائدہ اٹھانے کا موقع عنایت کرتا ہے۔ اس کی ایک مثال یہ ہے کہ ایک عالم کی عمر سوسال پار کرگئی، اس نے یہ زندگی پائی اور وہ اپنی عقل وقوت سے محظوظ ہورہا تھا۔ اس نے ایک دن لمبی چھلانگ لگائی تو اس پر اسے عتاب کیا گیا تو اس نے جواب دیا: ''بچپن میں ہم نے ان اعضاء وجوارح کی گناہوں سے حفاظت کی،

تو اللہ تعالیٰ بڑھاپے میں ہمارے لئے ان کی حفاظت کردی''۔(جامع العلوم والحکم ص۱۶۳)۔

اور یہ واقعہ نبی کریم ﷺ کی اس حدیث کے مضمون کو مزید مضبوط کرتا ہے جس میں آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿**اِحفَظِ اللّٰہَ یَحفَظُکَ، اِحفَظِ اللّٰہَ تَجِدْہُ تِجَاھَکَ**﴾ ''تم اللہ تعالیٰ کے فرمان کی حفاظت کرو، وہ تمہاری شر سے حفاظت کرے گا، تم اللہ کے احکام کی حفاظت کرو، تم اسے اپنے روبرو پاؤگے''۔(اس حدیث کو امام ترمذی رحمہ اللہ نے روایت کیا ہے)۔

۶۔ مال ووقت میں برکت:

اس میں کوئی شک نہیں کہ ہر انسان دن میں چوبیس گھنٹے کا مالک ہوتا ہے، لیکن یہاں اس انسان کے مابین جو اپنے نفس کی تربیت کا حریص ہوتا ہے اور جس کے نتیجہ میں اس وقت سے بہت سے بارآور اعمال اور خیر کی سرگرمیوں سے استفادہ کرلیتا ہے جو اس کے نفس اور امت کے لئے مفید ہوتی ہیں، اور دوسرے اس انسان کے مابین کہ وہ بھی اسی وقت کا مالک ہوتا ہے، لیکن وہ اسے ضائع کردیتا ہے اور اسے ایسے کاموں کے لئے کاٹتا ہے جس کے پیچھے کوئی فائدہ نہیں نہ اپنی ذات کا فائدہ اور نہ دوسروں کا۔ چنانچہ اگر آپ اس سے دن کے اخیر میں دریافت کریں کہ اس نے آج کیا کیا نیکی وخیر کا کام کیا ہے، تو اس کا بیگار حال ہی اس کا سب سے بڑا جواب ہوگا............اور تقریباً یہی اس کی پوری زندگی کا حال ہے!!

بعینہ یہی حال مال کے ساتھ بھی ہے، کیونکہ آپ اس نیک شخص کو پائیں گے کہ وہ اپنے مال کے بہترین مصرف پالیا ہے اور وہ اسے خیر کے کاموں اور نیکی واحسان کے ابواب میں صرف کررہا ہے، جبکہ اس کے برعکس دوسرا شخص اسے گناہ ومعاصی، شہوات ولذات میں خرچ کرتا ہے جو دنیا میں اس کے وبال کا سبب بن جاتا ہے مثلاً لاعلاج امراض اور مصائب سے دوچار ہوتا ہے، یا اسے جیل کی ہوا کھانی پڑتی ہے، اور رہی بات آخرت کی، تو وہ حساب وکتاب اور

جزاء وعقاب سے ہمکنار ہوگا۔

۷۔ حالات وشدائد کا تحمل وبرداشت:

اس دنیوی حیات کو اللہ تعالیٰ نے ایک ہی حال پر پیدا نہیں کیا ہے کہ وہ صفائی ومالداری اور عافیت واجتماع میں برقرار رہے، بلکہ اللہ نے اسے بدلتے حالات کے ساتھ مربوط کیا ہے اور اس کے راستوں میں بلکہ اس کے پہلوؤں میں بہت ساری مشقت وصعوبت اور آلام ومصائب کو نصب کردیا گیا ہے۔ اوراس میں بہت ساری حکمتیں پنہاں ہیں اور شاید سب سے اہم حکمت یہ ہے کہ لوگوں کے لئے یہ بدلتے حالات اور پلٹتے حوادث اس بات پر مہمیز کا کام کریں کہ وہ اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ ہوں اور اعمال صالحہ کرنے میں جدوجہد کریں جن سے وہ جنت تلاش کریں جو راحت وسکون اور سلامتی کا گھر ہے۔ اور ایک صالح مسلمان کو ان شدائد وتکالیف کے مقابلہ میں آپ پائیں گے کہ وہ زبردست صبر وتحمل، رضا واستقامت کے بیلنس کا مالک ہے۔ اور وہ اس سبب سے کہ وہ یہ جانتا ہے کہ یہ مصائب وتکالیف اس کے گناہوں کے کفارہ اور درجات کی بلندی کا سبب ہیں، ارشاد ربانی ہے: ﴿**وَلَنَبلُوَنَّكُم بِشَىءٍ مِنَ الخَوفِ وَالجُوعِ وَنَقصٍ مِنَ الاَموَالِ وَالانفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ**﴾ (البقرہ: ۱۵۵) ''اور ہم کسی نہ کسی طرح تمہاری آزمائش ضرور کریں گے، دشمن کے ڈر سے، بھوک پیاس سے، مال وجان اور پھلوں کی کمی سے اور ان صبر کرنے والوں کو خوش خبری دے دیجئے''۔ اور جیسا کہ حدیث پاک میں آیا ہے: ﴿**عَجَباً لِاَمرِ المُؤمِنِ إنَّ اَمرَهُ كُلَّهُ لَهُ خَيرٌ، وَلَيسَ ذٰلِكَ لِاَحَدٍ إلَّا لِلمُؤمِنِ، إن اَصَابَتهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيراً لَهُ وَإن اَصَابَتهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيراً لَهُ**﴾ ''مومن کا معاملہ بڑا عجیب ہے، اس کا ہر معاملہ اس کے لئے خیر ہی ہوتا ہے، اور یہ بات مومن کے سوا کسی اور کو حاصل نہیں، اگر اسے خوشی پہنچتی ہے تو شکرگزاری کرتا ہے، جو اس کے لئے خیر ہے۔

اور اگر اسے تکلیف پہنچتی ہے تو صبر کرتا ہے، جو اس کے لئے خیر کا باعث ہے''۔ (مسلم)۔

۸۔ قلبی چین وسکون کا شعور واحساس:

اس دنیا میں کوئی انسان ایسا نہیں ہے جس کو ہر چہار جانب سے خوف وخطرات گھیرے ہوئے نہ ہوں، اور ہر چہار سو سے اس پر حزن وملال اور غموں کا ہجوم نہ ہو، اور کیوں نہ ہو جبکہ وہ ایسے ماضی کے مابین ہوتا ہے کہ وہ نہیں جانتا کہ اللہ تعالیٰ اس کے بارے میں کیا فیصلہ صادر فرما چکا ہے! اور ایسے مستقبل کے درمیان ہوتا ہے کہ اسے یہ علم نہیں کہ اللہ اس کے بارے میں کیا فیصلہ کرنے والا ہے!! لیکن ایک مومن ان تمام خوف وخطرات اور غموں کا بالکل احساس وادراک نہیں کرتا، نہ ماضی کا، نہ حال کا اور نہ ہی مستقبل کا۔ وہ تو - باذن اللہ - اللہ کی رحمت اور عفو ومغفرت پر بالکلیہ بھروسہ کرتا ہے خواہ اس سے کتنا ہی بڑا او بھیانک گناہ سرزد ہو چکا ہو، اور وہ اپنے رزق ومعاش سے بالکل مطمئن وبے خوف نظر آتا ہے، کیونکہ اسے یہ علم ہے کہ اس کا یہ رزق لوح محفوظ میں پہلے ہی لکھا جا چکا ہے۔ وہ اپنی زندگی وموت سے بالکل مامون وبے خوف ہوتا ہے، کیونکہ اس کا یہ پختہ یقین ہوتا ہے کہ موت ایک لمحہ بھر کے لئے بھی آگے پیچھے نہیں ہوسکتی۔ وہ ہر اس بات پر مطمئن وراضی ہوتا ہے جو اللہ تعالیٰ س کی تقدیر میں لائے، نیز اس کا ایمان ہوتا ہے کہ اسی میں اس کے لئے خیر وفلاح ہے ساتھ ہی وہ تمام شرعی وکونی اسباب کو انجام دینے کی جدوجہد کرتا رہتا ہے۔ ارشاد ربانی ہے: ﴿**إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ**﴾ (الاحقاف:۱۳) ''بے شک جن لوگوں نے کہا کہ ہمارا رب اللہ ہے، پھر اس پر جمے رہے، تو ان پر نہ تو کوئی خوف ہوگا اور نہ غمگین ہوں گے''۔ نیز ارشاد الٰہی ہے: ﴿**هُوَ الَّذِي أَنزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَاناً مَعَ إِيمَانِهِمْ**﴾ (الفتح:۴) ''وہی ہے جس نے مسلمانوں کے دلوں میں سکون واطمینان ڈال دیا تا کہ اپنے ایمان کے ساتھ ہی ساتھ

اور بھی ایمان میں بڑھ جائیں''۔اور یہ سکون واطمینان قلب کے لئے زندگی ہے،ایک نور ہے جس سے روشنی حاصل کرے،اس کی بیداری کا سبب ہے اور ایسی طاقت وقوت ہے جو اس کے عزم کو مضبوط تر بنادیتی ہے،اسے شدائد کے موقع پر ثابت قدم رکھتی ہے اور جزع وفزع کے موقع پر اس کے نفس کو قابو میں رکھتی ہے۔اور یہی وجہ ہے کہ یہ سکون واطمینان ایک مومن کے ایمان میں مزید اضافہ کا سبب بن جاتا ہے''۔(مدارج السالکین لابن القیم ج۲ص۵۰۷)۔

اور یہ حقیقت پیکرمجسم بن کر ہمارے سامنے آجائے،اس کے لئے ہم اپنے سلف صالحین کی تاریخ سے ایک مثال چنتے ہیں جو اللہ تعالیٰ کی سچی عبودیت اور آزمائش کے موقع پر سکونِ نفس کی بہترین مثال ہے،اور وہ مثال یہ ہے جب شیخ الاسلام ابن تیمیہ رحمہ اللہ کو دمشق کے قلعہ میں قید کردیا گیا اور ان کے ساتھ ان کے شاگرد رشید امام ابن قیم رحمہ اللہ کو بھی محبوس کیا گیا،امام ابن قیم راوی ہیں کہ شیخ الاسلام ابن تیمیہ رحمہ اللہ نے مجھ سے ایک بار فرمایا: میرے دشمن میرا کیا بگاڑ لیں گے،میری جنت وباغ تو میرے سینہ میں ہے،میں جہاں رہوں وہ میرے ساتھ ہوتی ہے اور مجھ سے کبھی جدا نہیں ہوتی،میری قید خلوت ہے،اور میرا قتل شہادت ہے اور میری جلاوطنی سیاحت ہے''۔اور شیخ الاسلام حالت قید میں اپنے سجدہ میں یہ دعا کیا کرتے تھے:''اے اللہ!تو میری اپنے ذکروشکر اور حسن عبادت پر مدد کر''۔شیخ نے ایک مرتبہ مجھ سے فرمایا:''محبوس تو وہ شخص ہوتا ہے کہ اپنے رب سے جس کا قلب محبوس ہو،اور قید تو وہ ہوتا ہے جسے اس کے خواہشات نے قید کررکھا ہو''۔ (الوابل الصیب من الکلم الطیب لابن القیم ص۶۶-۶۷)۔

ذاتی تربیت کے یہ اسباب ووسائل اور ثمرات ونتائج ہیں جنہیں بیان کرنا ہمارے لئے ممکن ہوسکا۔اخیر میں اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ اس کتابچہ سے قارئین کو نفع پہنچائے اور اسے اپنی رضاوخوشنودی کا ذریعہ بنائے اور ہمیں اپنی پسند وخوشی کے کاموں کے انجام دینے کی توفیق

ارزانی عطا فرمائے۔ **وآخر دعوانا ان الحمد لله رب العالمین ، وصلی الله وسلم علی نبینا محمد وعلی آله وصحبه اجمعین.**

آپ کا خلوص کیش

مشتاق احمد کریمی

صدر الہلال ایجوکیشنل سوسائٹی کٹیہار، بہار